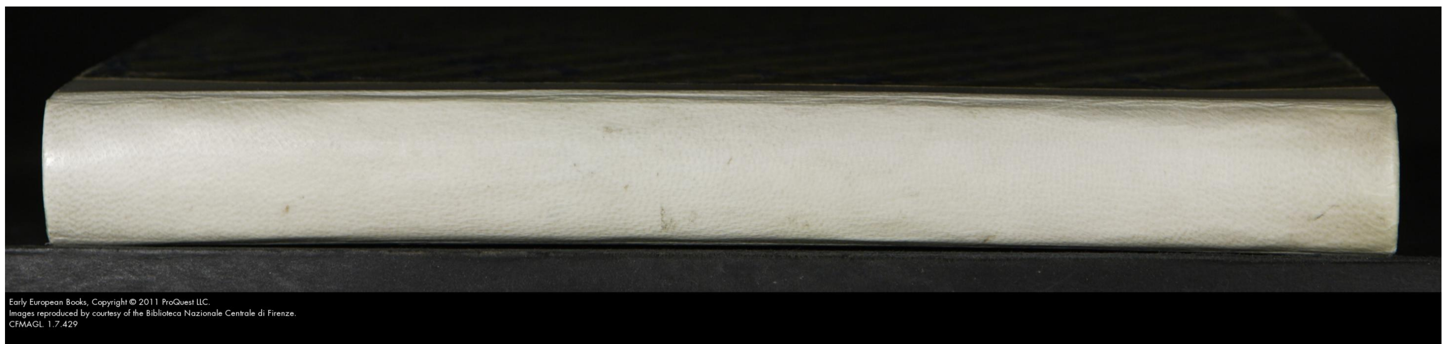


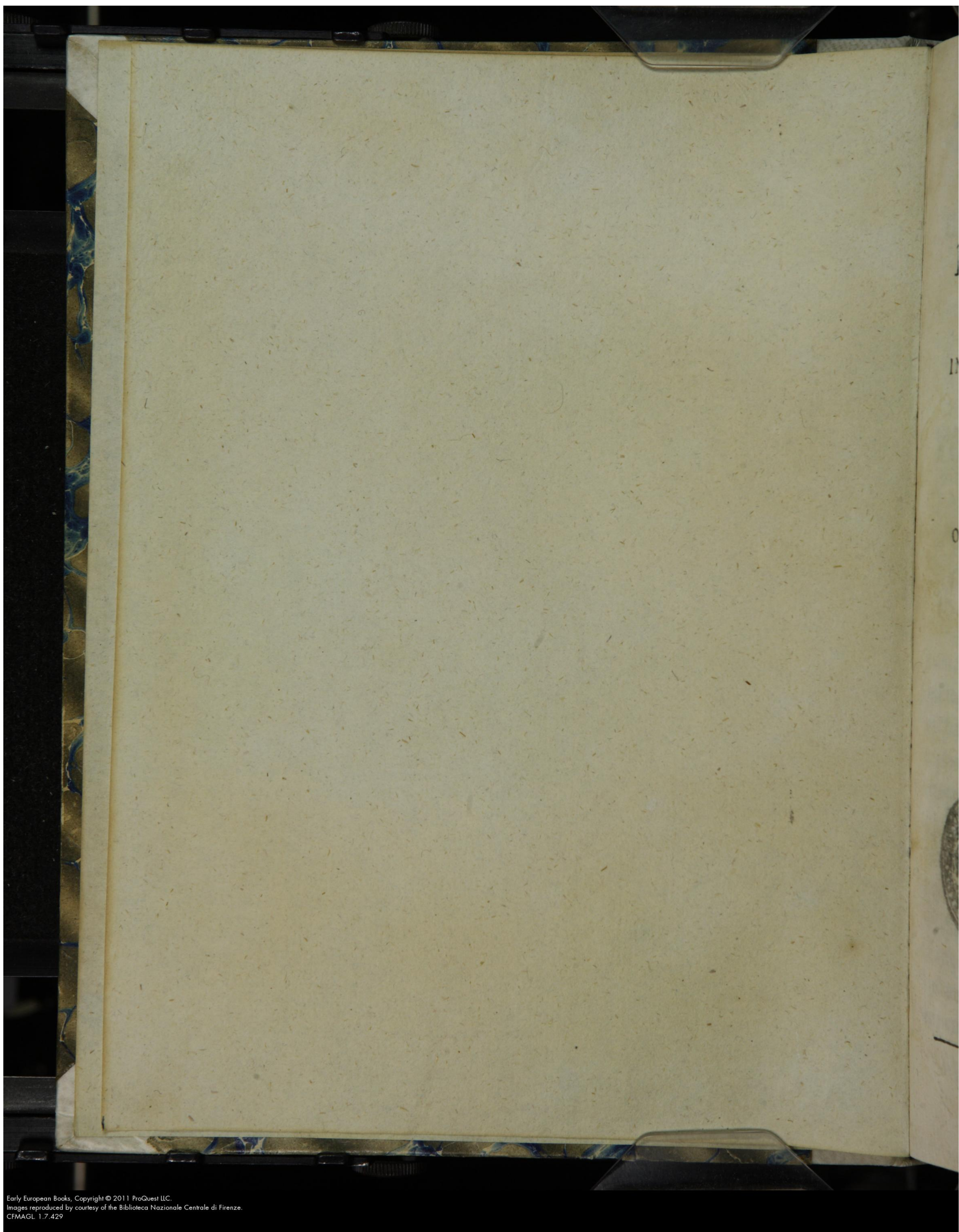












HIERONYMI MERCVRIALIS DE ARTE GYMNASTICA Libri Sex,

IN QVIBVS EXERCITATIONVM OMNIVM Vetustarum genera, loca, modi, facultates, & quidquid denique ad corporis humani exercitationes pertinet, diligenter explicatur.

Quarta editione correctiores, & auctiores facti.

Opus non modo medicis, verum etiam omnibus antiquarum rerum cognoscendarum, & valetudinis conseruandae studiosis admodum vtile.

AD MAXIMILIANVM II. IMPERATOREM.





VENETIIS, APVD IVNTAS.

M D C I.

MAXIMILIANO II.

IMPERATORI INVICTISSIMO.

HIERONYMVS MERCVRIALIS

perpetuam Felicitatem D.



SI quando mecum diligentius conſidero, MAXIMILIANE Inuictiſſime, quot, quantaque Imperatores, ſummique Princi pes pro hominum ſalute, & tranquillitate tam bello, quam pace geſſerint, in eam facile deſcendo ſententiam, merito, atque optimo iure omnes ferè gentes, & nationes feciſſe, quod eos dignos exiſtimarunt, qui in Deorum immortalium numerum referrentur. Inter ea uero, quae in humanum genus innumera contulerunt beneficia, magnam partem ſibi vendicant artes pœne omnes liberales, quas maximis propoſitis praemijs non excitarunt modo, atque extulerunt aliquando iacentes, ſed ita etiam earum dignitatē amplificarunt, vt ipſi ſoli illarum auctores, et inſtauratores propemodum videantur. Id facile perſpicere quiuis poteſt, qui militaris diſcipli-

nae, legum ſcientiae, caeterarumque, ſine quibus uita haec noſtra ferè uitalis non eſſet, laudandarum artium ortus, & incrementa memoria velit repetere: ſed ne Imperatori ſapientiſſimo, quae omnibus paſſim nota ſunt, recenſendo ſim moleſtus, vnum medicae artis omnium vtiliſſimae exemplum proponam, quae proculdubio aut nulla eſſet, aut certe eum quem hoc tempore praeſefert ſplendorem, & elegantiam non haberet, niſi Principum benignitas, ſine qua omnis plerumque langueſcit induſtria, ſummis viris illius auctoribus affulſiſſet. Etenim quantum a primis illis temporibus quaſi naſcenti medicinae attulerint auxilij Cadmus, Salomon, Alexander, poſterioribus vero Attalus, Ptolemaeus, Nero, Hadrianus, Conſtantinus, Iuſtinus, alij permulti, complurium Doctorum hominum monumenta teſtantur. verumtamen vt alia omittam in praeſentia, non exigui momenti putandum id eſt, quod magnificentiſſima, atque ampliſſima Gymnaſia exſtruxerunt, inque ijs artem Gymnaſticam inſtituentes, ipſius magiſtros ac præfectos aluerint, qui homines exercitationibus, & ad corporis, & ad animi ſanitatem conferentibus inſtruentes ad bene, beateque viuendum viam communirent. Haec enim ars illa eſt, ob quam olim Perſarum reges, Lacedae-

monij, Athenienſes, Romani ita in bellis gerendis valuerunt, vt ſaepe non maxima manu incredibiles hoſtium vires fregerint, innumerabiles copias fuderint, tot denique regna, totque nationes ſuis ditionibus ſubiecerint, ut ne recenſeri quidem numerando facile queant. Hac eadem inſtructi, non defuerunt Principes, qui aduerſus quemlibet Athletam robore ſunt auſi contendere, quales fuiſſe Cyrum, Neronem, Traianum, Antoninum, & Seuerum accepimus, quos praeterquam quod hac ſola arte ſanitatem conſeruaſſe, fortiſſimosque euaſiſſe memoriae proditum eſt, ob hanc quoque cauſſam id eos feciſſe veriſimile eſt, vt caeteros ſuo exemplo ad eaſdem exercitationes inuitarent. Huiuſmet artis ope quis ignorat priſcos regnorum, & prouinciarum gubernatores Athletarum, & gladiatorum ſpectacula ad ſubditos in officio continendos prudenter excogitata introduxiſſe? ne plurima alia commoda recenſeam, quae gymnaſtica, quot tempore floruit, ad humanam felicitatem perficiendam ſemper vberrime praeſtitit. Sed, quo plures ſcimus ab hac arte vtilitates emanaſſe, eo magis dolendum nobis eſt, quibus neſcio quo miſero fato cum multis alijs optimarum artium ſtudijs perijt, atque exſtincta prorſus eſt; unde fit vt vetus illud militare robur, & veram ſanitatem per pauci ſint

hoc tempore, qui conſequantur, totque morborum genera quotidie nos infeſtent, quot ob exercendorum corporum conſuetudinem non expertos eſſe veteres rationi conſentaneum eſt. Haec autem etſi ita ſint, deſperandum tamen non eſt, ſapientiſſime Imperator, quin eorum ſcriptorum beneficio, apud quos rudis atque adumbrata quaedam illius delineatio remanſit, ab interitu poſſit vindicari, ac iterum in hominum adſpectum, lucemque proferri, ſi & Principum ad hanc rem propenſio adſit, & homines docti, & antiquitatis periti reperiantur, qui in hoc ſtudium incumbere, omneſque ingenij neruos contendere non recuſent. Caeterum cur nemo noſtris ſaeculis huiuſmodi prouinciam ſuſceperit, ſane pronunciare non audeo: id unum ſcio, rem ſicut maximae vtilitatis, ita immenſi eſſe laboris. Et ego, licet multa eſſent, quae ab ea deterrere me poſſent, aliquando tamen ſum aggreſſus, quaeque inter legendos auctores huc pertinentia obſeruaueram, in unum veluti corpus collecta in commentarium redegi. quod factum a me eſt magna animi contentione, & ſtudio: euentu autem, ut ex multorum teſtimonijs cognoui, audeo dicere, non infelici. Quae etiam me cauſſa impulit, vt, quamuis hos libros, quo tempore ALEXANDRI FARNESII Card. ſapientiſſimi ac pruden-

tiſſ.

tiſſ. medicum Romae agebam pepererim, illiq. dicatos in vulgus ediderim : tamen, publico licet profitendi munere, & frequentibus aegrorum viſitationibus implicitus, rurſus eos poſtremis hiſce menſibus in manibus ſumpſerim, nonnullisq. mutatis, alijs plurimis adiectis, quarũdam exercitationum ex vetuſtis monumentis iconibus repraeſentatis ita exornauerim, ut non uerear quin gratiores multo(quemadmodum ſolent ſemper poſteriores curae eſſe meliores) ſint in lucem prodituri, atque iucundiores. Quo etiam factum eſt, ut, quod antea non ſum auſus, illos nunc tuae Maieſtati conſecrare pro mea erga te obſeruantia non dubitauerim. Cum praeſertim, ſi Gymnaſticae renaſcenti vllus eſt patronus quærendus, neminem te potiorem eſſe conſtet: vt, quemadmodum olim Imperatores eam inſtituerunt, auxerunt, & illuſtrarunt, ita tu hoc tempore amiſſam, quae tua ſumma auctoritas, & potentia, promptaque de humano genere bene merendi uoluntas eſt, in priſtinum ſplendorem, in veterem dignitatem & poſſis, & velis reſtituere. Accedit etiam, quod Cardinali FARNESIO, cui poſt Deum omnia debere me fateor, & quem tuae Maieſtatis obſeruantiſſimum, ac indefeſſum laudum tuarum praedicatorem ſemper eſſe ſenſi, gratiſſimam rem facturum me exiſtimaui, ſi hoc opus in ipſius laribus natum, &

minus politum in eius nomine publicatum, nunc perfectius, locupletius, & pulchrius reditum tuae Maiestati ipsius nomine adferrem. Quamobrem oro, vt, qua soles incomparabili animi magnitudine, hoc licet Maiestati tuae impar munus, qualecumque tamen tenuitas nostra offerre potest, accipere, meque inter tuos numerare, protegere, ac fouere digneris. nam, quamquam me ijs, qui omni disciplinarum atque artium genere excellentes M. T. inseruiunt, comparandum non esse non ignorem: si tamen animus spectetur meus, non dubito, quin, sicut nullius studia in M. T. sunt ardentiora, aut obseruantia maior, ita aliquo inter alios gratiae tuae loco non indignus uideri possim. Deus Optimus Max. M. T. pro Christiani orbis salute diu incolumem, & felicem conseruet.

Patauij, Kal. Sext. CIↃ IↃ LXXIII.

LAVRENTII GAMBARAE BRIXIANI CARMEN.

Auxilio ſicut Phoebi genitoris, & arte,
Arte Coronides medica celeberrimus olim
Membra minutatim patrios diſiecta per agros
Hippolyti, tandem manibus collegit, & artus
Artubus aptauit nitens, iuuenemq. carentem
Iam luce aetheria, iam tartara nigra tenentem
Ad ſuperas ſedes, erebi reuocauit ab vmbris;
Et membris laetos, oculisq. infudit honores:
Queis ſolitum lumen ſumpſerunt membra iuuentae:
Confiſus ita nunc ope Mercurialis, & aura
Farneſij aſpirantis heri collegit in vnum
Gymnada: qua quondam ſe ſe exercere relicto
Carcere maiores, populo ſpectante, ſolebant.
Haec pars ad ludos ſpectat, pars altera tantum
Commemorat; cum quis pictis ſe oſtentat in armis,
Fortis vt euadat miles, pars tertia narrat,
Sint ea, quae incolumes ſeruent, morboq. vacantes
Mortales, dum vita manet, docet inſuper haec pars,
Ordine quo poſſint homines extendere longum
In tempus dubiam aetatem, tardamque ſenectam
Ducere inuxpertamq. mali, curaq. carentem;
Omnia quae latuere diu diſperſa, tenebrisq.
Abdita Cimmerijs: quae nunc diſtincta labore,
Et multo ſtudio, tamquam noua ſidera fulgent,
Scriptores inter Graios, pariterq. Latinos.

3

Matth. Deuarij.

Ὡς πάλαι ἱππολύτοιο μέλη, παιήονος υἱὸς
σύστασιν εἰς ζώου σώματος ἡρμόσατο,
ὣ δέποτ᾽ οἰχομένης καλὰ λείψαν᾽ ἀμυδράπερ ἔμπνοος.
τέχνης γυμναστίης νῦν ἀναλεξάμενος.
ἄκρος ἀκεστορίην Ἱερώνυμος, ἀθάνατόν μιν
κοὐ τεθνηξομένην αὖθις, ἔτευξε νόῳ.
ὃς γοῦν ἶσα θεοῖσιν, ὀνήσιμα ἔργ᾽ ἀναφαίνει,
ἶσα θεοῖς, τιμῆς ἄξιος ἀθανάτου.

Ἀχιλλέως Στατίου Λουσιτανοῦ.

Γυμνάσιον πολυκηδὲς ἄγαν πονέων συνέγειρες
Παντοίοις σποράδην ἐκδοθὲν ἐν βιβλίοις
Οὕνεκα τῶν τε σοφῶν Ἱερώνυμε ψυφῶν ἀποισῇ
Πένταθλον οὐχὶ μόνον πάνταθλον ἀλλὰ μόνος.

Achillis Statij Luſitani.

Orco mortales Hieronymus inuidet aegros
Lumen ad aetherium ſemianimes reuocans,
Quod quia ſaepe facit, laudatur ſaepe, ſuiq.
Fama tripertito nominis orbe volat.
Nunc autem noua fama alia increbreſcit, vt artes
Exſtinctas veterum gymnaſiumq. nouat.
Macte animo, vir magne, ergo tu cetera membra,
Ore exercebis, ſed tua laus hominum.

Auctorum nomina, quorum fide, & teſtimonio hi Libri conſcripti ſunt.

Aelianus
Aeſchylus
Aetius
Afranius
Agathinus
Alexander Aphrodiſienſis
Alexander Trallianus
Angelus Politianus
Antillus
Aretaeus
Ariſtophanes
Ariſtoteles
Arrianus
Aſclepiades
Athenaeus
Auerroes
Auicenna
Aulus Gellius
Auſonius
Bardeſanes
D. Baſilius
Blondus
Caius Julius Caeſar
Caſſianus
Caſſiodorus
Caßius Iatroſophiſta
Catullus
Caecilius Plinius
Clemens Alexandrinus
Coelius Aurelianus
Columella
Cornelius Celſus
D. Cyprianus
Diocles
Dion
Dionyſius Areopagita
Dionyſius Halicarnaſeus
Epiphanius
Eraſiſtratus
Erotianus
Euripides
Euſebius
Euſtathius
Galenus
Heliodorus
Herodotus
Herodianus
Heſiodus
D. Hieronymus
Hippocrates
Homerus
Horatius
Ioannes Caſſianus
D. Ioannes Chryſoſtomus
Joſephus
Iſidorus
Iulius Capitolinus
Iulius Firmicus
Iulius Pollux
Iuſtinus Martyr

Iuuenalis
Laertius
Laitus
Lampridius
Libanius
Lucanus
Lucianus
Lucilius
Lucretius
Mar. Aure. Cassiodorus
Marcus Tullius
Martialis
Meletius
Oribasius
Ouidius
Pacuuius
D. Paullus
Paullus Aegineta
Pausanias
Persius
Petronius arbiter
Philostratus
Plato
Plautus
Plinius
Plutarchus
Polybius
Porphyrius
Posidonius
Propertius
Pub. Velleius
Pub. Victor
Paterculus
Quintilianus
Razes
Rufus Ephesius
Saluianus
Scribonius Largus
Seneca
Sex. Empiricus
Sex. Pompeius Festus
Sidonius Apollinaris
Soranus Ephesius
Sophocles
Spartianus
Statius. Strabo
Suetonius Tranquillus
Suidas
Terentius
Tertullianus
Themison
Themistius
Theodoretus
Theodorus Priscianus
Theophrastus
Valerius Flaccus
Valerius Max.
Varro
Vegetius
Vitruuius
Vopiscus
Xenophon.

INDEX EORVM,
QVAE HAC ADITIONE
quarta sunt addita ab auctore.

INDEX.

FINIS.

A ARTIS. GYMNASTICÆ LIBER. PRIMVS

De Principijs Medicinae. *Cap. I.*



VAMDIV Homines paucissimis rebus contenti lautas mensas, & opipara conuiuia non cognouerunt, propinationisque post inductam paullatim consuetudinem penitus ignorarunt, B (id quod primis illis saeculis extitisse memoriae proditum est) morbi neque apparuerunt, neque etiam eorum nomina innotuerunt, sicut vsque ad tempora Socratis distillationum, quas Graeci κατάῤῥους dicunt, nomen, quo nil hodie frequentius est, ignoratum esse tradidit Plato: qua de re tunc temporis medicinae aut paucos omnino, aut nullos vsus, nullaque principia extitisse certum est: etsi Homerus antiquissimus auctor scripserit Aegyptum multas herbas, multaque medicamenta habuisse. Postquam vero intemperantiae nefanda lues, coquorum exquisitae artes, delicatissima epularum condimenta, vinorumque peregrinae temperaturae inter homines irrepsere, morborum simul varia continuo genera succrescentia ad inueniendam medicinam eos coe- C gerunt: qua semper carere profecto licuisset, nisi humana, vel potius ferina ingluuies omnium uitiorum soboles eius usum omnium maxime necessarium effecisset. Medicina vero tametsi primo illo ortu rudis admodum, incultaque fuerit, quando prisci illi (ut Herodotus, & Galenus referunt) aegrotos palam exponebant, vt vnusquisq. quod utile, atque experimentis comprobatum habebat, alterum edoceret, posterioribus tamen saeculis ab Aesculapio Epidaurio cognomento apud Cyrenaeos medico mirifice exornata fuit, & quasi ex rustica urbana, & concinna reddita: quam tamen omnino perficere is nequaquam potuit, quippe qui solis morbosis, ac languentibus operam nauans id vnum semper curandi studium habuit: sanorum curam aut vllam esse ignorauit, aut eam prorsus contempsit: quod postea successores illius intelligentes adeo existimatione dignam reputarunt, vt medicinam sine hac

[Margin: 3. de Republi.]

[Margin: In lib. qui medicus inscribitur.]

totam mancam, nulloque modo perfectam esse posse perspexerint. D
Atq. hi fuere primi Herodicus Selymbrianus, & Hippocrates eius discipulus, qui curatiuae morborum medicinae cõseruatoriam valetudinis partem fere circa sana duntaxat corpore satagentẽ addere uisi sunt, arbitrantes non minus praeclarum, atque artificiosum opus esse sanos homines à morbis praecauere, quam illos iã implicitos liberare: vnde medicina, quae antea semper quasi virgo fuerat, praegnans ab illis reddita fuit, quandoquidem prius solis curandis aegritudinibus, tum sanis etiam conseruandis praefecta est. An totam eam medicinae partem, quae & ad sanos, & ad uictus rationem pertinet ex tabellulis, alijsue donaris, Aesculapij templo dicatis Hippocrates conflauerit: an vero solam in curandis mor-
li. 29. c. 1. bis versantem clinicem uocatam, quemadmodum Varro, Strabo, atque Plinius credidisse uidentur, mihi plane compertum non E
est: nisi quod fuit mos liberatos morbis in templo eius Dei, quid auxiliatum esset, scribere: Isque à primis illis temporibus vsque ad Antonini Imperatoris aetatem non modo in Graecia, uerum etiam in Italia perdurauit: vti praeceteris ex tabella marmorea Romae in Aesculapij templo in insula Tiberina inuenta, & vsque ad hanc diem apud Maphaeos conseruata intelligere licet, in qua graece haec leguntur.

Αὐταῖς ταῖς ἡμέραις Γαΐῳ τινὶ τυφλῷ ἐχρημάτισεν ἐλθεῖν ἐπ' ἱερὸν βῆμα, καὶ προσκυνῆσαι, εἶτα ἀπὸ τοῦ δεξιοῦ ἐλθεῖν ἐπὶ τὸ ἀριστερὸν, καὶ θεῖναι τοὺς πέντε δακτύλους ἐπάνω τοῦ βήματος, καὶ ἆραι τὴν χεῖρα, καὶ ἐπιθεῖναι τοὺς ἰδίους ὀφθαλμοὺς, καὶ ὀρθὸν ἀνέβλεψε, τοῦ δήμου παρεστῶτος, καὶ συγχαιρομένου ὅτι τόσαι ἀρεταὶ ἐγένοντο ἐπὶ τοῦ σεβαστοῦ ἡμῶν ἀντωνίνου. idest. F

Hisce diebus Caio cuidam caeco oraculum reddidit, veniret ad sacrum altare, & genua flecteret, deinde a parte dextera veniret ad laeuam, & poneret quinque digitos super altare, & eleuaret manum, & poneret super proprios oculos: & recte vidit populo praesente, & gratulante, quod grandia miracula fierent sub Imperatore nostro Antonino.

Λουκίῳ πλευριτικῷ καὶ ἀφηλπισμένῳ ὑπὸ παντὸς ἀνθρώπου, ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τοῦ τριβώμου ἆραι τέρραν, καὶ μετ' οἴνου ἀναφυρᾶσαι, καὶ

ἐπι-

A ἐπιθεῖναι ἐπὶ τὸ πλευρὸν, καὶ ἐσώθη, καὶ δημοσίᾳ ηὐχαρίστησε τῷ θεῷ, καὶ ὁ δῆμος συνεχαρίσατο. id est:

Lucio affecto lateris dolore, & desperato a cunctis hominibus oraculum reddidit Deus, ueniret, & ex ara tolleret cinerem, & una cum uino commisceret, & poneret supra latus: & conualuit, & publice gratias egit Deo: & populus congratulatus est illi.

Αἷμα ἀναφέροντι Ἰουλιανῷ ἀφηλπισμένῳ ὑπὸ παντὸς ἀνθρώπου, ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τοῦ τριβώμου ἆραι κόκκους στροβίλου, καὶ φαγεῖν μετὰ μέλιτος ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας, καὶ ἐσώθη, καὶ ἐλθὼν δημοσίᾳ ηὐχαρίστησεν
B ἔμπροσθεν τοῦ δήμου.

Sanguinem reuomenti Juliano desperato ab omnibus hominibus ex oraculo respondit Deus, ueniret, & ex ara caperet nucleos pini, & comederet una cum melle per tres dies: & conualuit, & viuens publice gratias egit praesente populo.

Οὐαλερίῳ ἄπρῳ στρατιώτῃ τυφλῷ ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν καὶ λαβεῖν αἷμα ἐξ ἀλεκτρυόνος λευκοῦ μετὰ μέλιτος, καὶ κολλύριον συνθεῖναι, καὶ ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας ἐπιχρῖσαι ἐπὶ τοὺς ὀφθαλμοὺς, καὶ ἀνέβλεψεν, καὶ ἐλήλυθεν, καὶ ηὐχαρίστησεν δημοσίᾳ τῷ θεῷ. id est:

C Valerio Apro, militi caeco, oraculum reddidit Deus, ueniret, & acciperet sanguinem ex gallo albo, admiscens mel, & collyrium conficeret, & tribus diebus uteretur supra oculos: & uidit, & uenit, & gratias egit publice Deo.

Quod etiam in templo Isidis fieri solitum fuisse, ex his Tibulli carminibus conijcio.

Nunc Dea, nunc succurre mihi, iam posse mederi,
Picta docet templis multa tabella tuis,

Cum haec ita essent, uerisimile sit, solam remediorum co-

gnitionem potuisse ab Hippocrate inde excerpi,& sub certis regulis, ac rationibus constitutam ad artis formam prouectam esse: certus sum tamen sapientissimum senem non casu ullo, nec fortuna, sed diuinissimis illis, quibus pollebat, ingenij uiribus, ac disciplinis sicuti cetera omnia, ita & hanc inuenisse, inuentam excoluisse, necnon curatiuae adiunxisse: In quibus medicinae partibus non ideo ueteres illius parentes minorem laudem merentur, quòd pluri mi fuerint morbi, quos nec ab ipsis cognitos, nec curandi eos modum indicatum esse constet; quoniam non ueterum ignauia, aut rerum imperitia illud effecerunt, sed potius infinita gulae blandimenta, inexplebilis libido, immensaque uoracitas, quibus, ut sa- A
Epist. 96. pienter disputauit Seneca, & post ipsum Plutarchus nouae morbo-
8. Sympos. ph. 9. rum species genitae sunt, adhucque quotidie gignuntur, quarum aliae sero, aliae numquam medelam receperunt: sic namque pue- B
ros, & mulieres post Hippocratis aetatem podagra exercere coepit, sic uiuente Pompeio, atque Asclepiade aquae formido, seu hydrophobia, Aristoteli, ac antiquioribus haud nota, nec non elephantiasis Aegypto familiaris sese primo demonstrarunt: adeoque tarde medelam receperunt, ut Scribonius, Largus, qui Claudij Imperatoris tempore Romae medicam artem professus est, scripserit
Cap. 171. neminem ab hydrophobia vsq. ad tempora sua liberari uisum; & si
Lib. 2. cap. 162. Apuleius Celsus in Sicilia, ubi plurimi fiunt rabidi canes, ortus ad eum morbum antidotum quandam composuisset, Barbarusque
In proh. quidam in Creta naufragio appulsus se eum Hyenae pelle, quod Aetius quoque de alijs retulit, curare gloriaretur; sic Cornelij Celsi tempestate quaedam ex naturalibus partibus carne prolapsa, & arente intra paucas horas expirauit, ut nobilissimi medici neq. ge- C
nus mali, neque remedium inuenerint. Sic Tiberium Imperatorem omnium primum Coli dolorem expertum accepimus, nisi ueteres sub alio nomine illum cognouisse tueamur: ut ipse Hippocratē sub
Li. 25. c. 3 Ilei doloris nomine comprehendisse reor. Sic Plinij aetate mentagra, stomachace, & sceltyrbis aegritudines nostro orbi aduenae natae sunt: sic multis olim circa mare rubrum aegrotantibus draconculi quidā, ut Agatarchides in eius maris tractatu retulit, parui crura atq. brachia edentes apparuerunt, qui quamprimum tangebantur illico refugiebant, musculosisq. partibus sese includentes intolerabiles inflammationes, cruciatusue pariebant, quod genus morbi se ab alijs audiuisse, sed neq. naturam eius, neq. generationis ra-
6. de locis affect. tionem cognouisse fatetur Galenus. Sic quidam ab urinae difficultate multo tempore detentus tandem paleam hordeacem inter-

nodia

A nodia habentem minxit. ſic Ephebus Athenis ſerpentem puſillum piloſum & plurimis pedibus ſtatim ambulantem multo cum ſemine eiecit: ſic Timonis Auiam duobus ſingulorum annorum menſibus in Cilicia delituiſſe in cauernis, ſolaque reſpiratione, quod uiueret, cognitam eſſe traditur: ſic in Melonijs ſignum cuiuſdam affectionis hepaticae deſcriptum eſt, qua quicumque occupabantur, domeſticos mures diligenter obſeruabant, ac proſequebantur. ſic Crateri medici ſeruus, referente Porphyrio, nouo quodam morbo captus fuit, ita ut carnes eius ab oſſibus abſcederent: ſic temporibus noſtris exſecranda illa gallica, & paene exitialis lues uniuerſas regiones uexare coepit: ut nullo pacto illud, quod uel poſteriorum hominum culpa, uel fortuna aut Deo ita uolente contigit, Hippocrati crimen afferre debeat, a quo cum duae iam praedictae medi- Libro 1. de abſtinétia ab animalibus.

B cinae partes ad ſummam perfectionem prouectae fuerint, diuinis eius manibus immortales ſemper habendae ſunt gratiae. Ampliusq. illud aeternae memoriae mandandum, quod ambae medicinae partes ſicuti diuerſae re uera ſunt, pariter uaria nomina habuerunt, alteraque προφυλακτικὴ, ſiue ὑγιεινὴ, altera θεραπευτικὴ nuncupata fuit, uocabulis quidem his tum ab opere, tum a re, circa quam uersãntur, acceptis, quae quoniam ſapienter, atque uere depromptae fuerunt, nullam umquam apud ullos mutationem ſuſceperunt: quemadmodum etiam uſque ad poſteriora tempora haec inueterata permanſit inter medicos conſuetudo, ut omnes duas medicinae partes primarias efficiant, alteram curatiuam, alteram conſeruatiuam nuncupantes, quas ob id communi medicinae nomine plerumque comprehendunt; quoniam curatiua, quae primo

C ob maiorem neceſſitatem inuenta fuit, id nomen adepta eſt, quod conſeruatiua quoque ei poſtremo adiuncta non modo obtinuit, uerum etiam apud nonnullos tantam auctoritatem acquiſiuit, ut iudicauerint hanc ſolam medicinam ueram appellari debere: illam incertam, falſam, meramue hominum alios decipere ſtudentium impoſturam exſiſtere, nempe quae nudis coniecturis, infirmisq. argumentis primò ad cognoſcendos morbos utatur: deinde in eo fere omnes fortuita remedia, incognitaque medicamenta, ut plurimum adhibeant, & demum tam in iudicando, quam in curando non raro fallantur, quos tamen in grauiſſimo errore verſari facillime cognoſcent, quicumq. humanas calamitates, morborumq. incommoditates, quales forent, ni curatrix medicina ſuccurreret, aequo animo aeſtimáre uoluerint: ut non abſq. ſumma ratione Iulianus Imperator hanc pro medicis legem promulgaſſe uideatur.

,, ΤΗ'Ν ἰατρικὴν ἐπιστήμην σωτηριώδη τοῖς ἀνθρώποις τυγχάνειν, τὸ ἐναργὲς D
,, τῆς χρείας μαρτυρεῖ. διὸ καὶ ταύτην ἐξ οὐρανοῦ περιφοιτηκυῖαν δικαίως φιλοσό-
φων παῖδες κηρύττουσιν. τὸ γὰρ ἀσθενὲς τῆς ἡμετέρας φύσεως, καὶ τὰ τῶν ἐπι-
συμβαινόντων ἀρρωστημάτων, ἐπανορθοῦται διὰ ταύτης. καὶ γὰρ κατὰ τὸν τοῦ δι-
καίου λογισμὸν συνῳδὰ τοῖς ἄνωθεν βασιλεῦσι θεσπίζοντες, ἡμετέρα φιλαν-
,, θρωπίᾳ κελεύομεν, τῶν βουλευτικῶν λειτουργημάτων ἀνενοχλήτους ὑμᾶς ἐν
,, τοῖς λοιποῖς χρόνοις διάγειν. id eſt:

In Epiſtol. graecis uariorum.

,, Medicinae ſcientiam hominibus ſalutiferam eſſe, patens eius vſus atteſtatur, & ideo hanc e caelo delapſam philoſophi merito praedicant, ſiquidem cum naturae noſtrae imbecillitas, tum morbi quotidie incidentes per hanc corrigantur. Itaque nos ſecundum iuſtitiae rationem ſuperioribus regibus conſona obſeruari praecipientes, humanitate noſtra mandamus uos in reliquis temporibus ab omnibus curialibus miniſterijs immunes uiuere. E

De conſeruatiuae partibus, & quid tractandum. Cap. II.



Vm igitur duae ſint medicinae partes, una curatiua, altera conſeruatiua, aut ὑγιεινὴ nuncupata; Poſtrema haec ab aliquibus in tres partes diuiſa fuit, in προφυλακτικὴν, morbos futuros, & imminentes auertentem: συντηρητικὴν, quae praeſentem ſanitatem tuetur: & ἀναληπτικὴν, a qua ualetudinarij reficiuntur: omnes autem iſtae, quamuis ultimo, ſicuti demonſtrauimus, fuerint inuentae, nihilominus & ipſae tantum multorum hominum additamentis ſplendorem acquiſiuerunt, quantum uix primi illi inuentores optare auſi forent, F tum ob copiam eorum, quae huic parti conſeruatiuae adſerta ſunt, tum ob incredibilem utilitatem, quam non minus anteactis temporibus, quam nunc praeſtare uiſa eſt: Ea porro, quae ad hanc partem conſtituendam a medicis excogitata atque ordinata ſunt, quatuor nominibus comprehenduntur. quorum ſingula uarias ac multiplices res ſub ſe complectuntur. tot namque praeſidijs bonam ualetudinem conſeruari poſſe, a Galeno, ac alijs medicinae auctoribus concorditer decretum fuit. Illa uero ſunt τὰ προσφερόμενα, τὰ κενούμενα, τὰ ἔξωθεν προσπίπτοντα, καὶ τὰ ποιούμενα. Quae enim exhibentur potulentis atque eſculentis ſiue ciborum ſiue remediorum uſum habeant, finiuntur. Quae exinanitioni ſub ſunt ſudoribus: ſtercoribus, ſputis, urinis, & alijs omnibus ſimilibus continentur. Extrinſecus accidentia aqua, aere, ſalſugine, mari, oleo, & hu-

A iuſcemodi conſtituuntur. Agenda vero exercitationibus, ſtudijs, vigilijs, ſomno, venere, ira, cura, lotionibus, ceteriſque eiuſdem generis comprehenduntur, vnde nulla res eſt, nullumue auxilium, quod ad ſanitatem defendendam conducat, quin ſub aliquo praedictorum quatuor generum, quae totam conſeruatoriam artem quantitate, qualitate, & occaſione conuenientibus perficiunt, concludatur. Sed quoniam de omnibus fere tum ab antiquioribus, tum à recentioribus copioſe ſatis tractatum eſt: de gymnaſijs autem ſiue exercitationibus, à quibus ars gymnaſtica apud veteres valde celebris conſtituta, & denominata fuit, aut nulla, aut quam pauciſſima, & fortuito, confuſeq. tradita reperiuntur, ideo de his, deq. gymnaſtica arte à Latinis exercitatoria dicta integram, & forſan ab alio numquam abſolutam tractationem habere decreui, eo magis, B quod Galenus hanc haud ignobiliſſimam conſeruatoriae facultatis partem eſſe ſcriptum reliquit: omneſque fere teſtantur exercitationum artem, & ad auertendos futuros morbos, & ad cuſtodiendam praeſentem ſanitatem, & ad valetudinarios reficiendos, (quae tres partes vniuerſam conſeruatoriam efficiunt) incredibilem utilitatem afferre; ut etiam nos uberrime demonſtraturi ſumus, ubi haec omnia diſtincte ſimul, atque copioſe, prout res ipſa poſtulabit, in hiſce libris declarabimus. Primo, quid ſit gymnaſtica ipſa, quomodo, & quando inuenta, aucta, & perfecta, quot eius ſpecies: deinde, quid exercitatio, quot genera, & quomodo ab antiquis efficerentur: poſtremo, quid ſit illa qualitas, quantitas, & occaſio, quibus haec ars tantopere bonae valetudini conſeruandae conferat: demum, quae commoditates, quaeue damna ab vno- C quoque exercitationum genere gymnaſticae ſtudioſis expectanda ſint: quibus omnibus diligenter explicatis nil relictum iri ſpero, quòd in huiuſmodi tractatione deſiderari poſſit: quam ideo uehementius omnes ualetudinis ſtudioſos amplexuros eſſe auguror, quoniam haec pars à nobis tractanda curatiuam partem tanto antecellere videtur, quanto medicamenta ipſa ab exercitationibus ſuperantur; de quibus Galenus, atque Auicenna celebratiſſimi medicinae ſcriptores ita prodiderunt, exercitationes tum excrementa ſoluere, tum per ſudoris meatus eijcere poſſe; tantoque tam cibis quam medicamentis attenuantibus praeſtare, quanto ſatius eſt nullo corporis noſtri incommodo exigi, quae redundant, quam pariter & carne liquãda, & ſolidis extenuandis: haec namque incommoda calidis attenuantibuſque medicamentis aſſociãtur: exercitationes vero tantum abeſt ut aliquid tale ſequatur, ut potius firmitas

2. de tu. val. 3. Primi doc. 3. c. 1.

quaedam membris accedat, cum & naturalis ipse calor accenditur, D
& ex partium inter se attritu soliditas quaedam ac δυσπάθεια comparatur: Iccirco non immerito Athenienses Apollini gymnasium siue exercitationem consecrarunt, significantes, quemadmodum
8. Symp. prob. 4. auctor est Plutarchus, ab eo Deo, qui sanitatem nobis largitur, etiam bonum habitum, & robur donari: Neque etiam inconsulto
Lib. 8. de Cyri Paedia. fecit Cyrus, qui apud Xenophontem tanti exercitationes, laboresque corporis aestimauit, ut Persis, quos recte instituere semper studuerat, quasi legem dederit, ne ipsi vnquam sine labore cibum caperent, ratus valetudini, atque fortitudini perinde exercitationes necessarias esse. ac cibum, quas illud humanis corporibus prae-
In Anach. stare dicebat Solon apud Lucianum, quod ij, qui ventilando purgant triticum, paleas, ac spicas inanes flatu propellentes, purum autem fructum separantes & accumulantes. Etenim Diogenes apud E
Stobaeum dicebat, Medeam sapientem, non veneficam fuisse, quae acceptis mollibus, & effeminatis hominum corporibus, confirmabat ipsa gymnasijs, ac exercitationibus, & robusta, uigentiaque reddebat. Vnde fama emanauit, quod coquendo carnes in iuuentutem restitueret.

Quid sit Gymnastica, & quotuplex. Cap. III.



QVatuor itaque existentibus illis, quibus tota conseruãdae sanitatis facultas completur, exercitatoriam quartae partis quandam partem esse nemo sanus negarit: quandoquidem si exercitationes sub agendis inter multa alia collocantur, quae pro quarta F
conseruatoriae parte à nobis declarata sunt, gymnasticam, quae de exercitationibus tota est, ad eam pertinere rationi consentaneum est: & proinde negare nemo potest, quin ad eum, qui medicinam profitetur contra Erasistratum, & alios gymnasticam à medicina seiungentes, illam cognoscere spectet, eo praesertim quod ab Hippocrate, Platone, & Galeno crebro scriptum reperitur, exercitationes, tot atque tanta ad uitam sanam traducendam bona praestare, quot & quanta uix vlla alia medicinae instrumẽta praestant. Quod si Hippocrates in lib. de Locis in homine scripsit Gymnasticam, & medicinam cõtrarias esse, quoniam altera permutatione opus habet, altera non de sola ea medicinae parte sermonẽ habuit, quae in medendis decumbentibus clinice à posterioribus vocata, solum uersatur. Plato etiam, atque Plutarchus quando dixe-

runt

A rent duas esse circa corpus humanum versantes artes, medicinam, & gymnasticam, non ob id, quemadmodum Erasistratus & Sectatores, illas seiunxerunt, sed communem hominum loquendi vsum secuti sunt, qui, quoniam posterius gymnastica medicina inuenta, eiq. adnexa est, eas diuersas nulla alia ratione ducti efficiebant. Ceterum quid sit haec ars exercitatoria gymnastica graeco nomine nuncupata, ab eius definitione, siue descriptione petere debemus, quam etsi luculenter explicatam apud Platonem habeamus, à nullo tamen alio, quam à Galeno nostro eam & breuius, & lucidius declaratam credo, ubi ita dixit: ἡ τέχνη γυμναστικὴ ἐστιν ἐπιστήμη τῆς ἐν πᾶσι γυμνασίοις δυνάμεως: hoc, est gymnastica est quae omnium exercitationum facultates nouit, aut potius, gymnastica ars est scientia potentiae omnium exercitationum. Quo in loco animaduertendum est, Galenum scientiam non proprie, sed communiter, ut plerumque auctores solent, accepisse, propterea quod gymnastica cum pro fine opus habeat, & scientiae nullum opus considerent, necessario à vera scientia excluditur; quamuis alioqui caussas exercitationis virium saepissime contempletur: est insuper animaduertendum, Galenum hac definitione gymnasticam à paedotribica distinxisse, quoniam illa tamquam imperatrix & exercitationum qualitates omnes, & earum caussas speculatur, imperatque, haec veluti ministra illius exsistit, perinde ac gymnasta erat, qui omnium exercitationum potentias probe noscebat, easque, prout sanitati, & bono habitui expedire iudicabat, diuersis hominibus imperabat: paedotriba uero, qui eas, quomodo fiere deberent, & posent, re ipsa demonstrabat: atque hoc aenigmatice explicauit Polybus sub his uerbis: παιδοτρίβαι τοῖον διδάσκουσι παρανομέειν κατὰ νομον, ἀδικέειν δικαίως, ἐξαπατέειν κλέπτειν ἁρπάζειν, βιάζεσθαι, τὰ κάλλιστα, καὶ ἄισχιστα: idest: Paedotribae hoc edocent praeuaricari secundum leges, iniuriam facere iuste, decipere, furari, rapere, vim inferre honestissime, & turpissime. Nam si quis luctatorum, & aliorum, qui à paedotribis edocebantur, actiones aestimet, liquido conspiciet ualde ijs assimilari, quae à Polybo scripta sunt, sicque gymnastam, & paedotribam non parum dissimiles fuisse: verumtamen, cum interdum unus vtriusque munus impleret, non immerito existimauerunt aliqui has duas artes unam, atque eandem esse, ueluti nonnumquam idem & militis, & Imperatoris officio perfungitur; attamen Galenus eas esse distinctas voluit, dum gymnasticam uocari respectu habito ad solam exercitationis qualitatem

In lib. ad Thras.

In primo de dieta.

B

C

litatum notitiam, quae operatione ipſa nobilior eſt; paedotribi- D
cam dici ob actum ipſum exercendi, vtpote ignobiliorem conten-
dit, haud aliter ac ſi dixiſset alteram harum ſpeculatiuam, ac arbi-
tram, & iudicem; alteram practicam eſse, quae omnes interdum
vna gymnaſticae appellatione à materia, circa quam uerſantur, ut
pharmaceutica, ſuſcepta uocarentur; ſicuti ſpeculatiua, & practica
medicinae partes uno medicinae nomine ſaepenumero appellan-
tur. ſed quod uere, ſicuti declarauimus, gymnaſtica talis eſset gym-
naſtaq. & paedotriba differrent, Ariſtotelis teſtimonio quoq. cõpro
bare licet, q. in principio quarti Politicorũ hoc ſcriptũ reliquit: Ἐν
πάσαις, ταῖς τέχναις μὴ κατὰ μόριον γινομέναις, ἀλλὰ περὶ γένος ἕν τι τελείαις
οὔσαις μιᾶς ἐστὶ θεωρῆσαι τὸ περὶ ἕκαστον γένος ἁρμόττον, οἷον ἄσκησις σώματι
ποία τε ποίῳ συμφέρει, καὶ τίς ἀρίστη (τῷ γὰρ κάλλιστα πεφυκότι καὶ κεχορη-
γημένῳ, τὴν ἀρίστην ἀναγκαῖον ἁρμόττειν) καὶ τίς πλείστοις, μία πᾶσι, καὶ γὰρ E
τοῦτο τῆς γυμναστικῆς ἐστι. ἔτι δ' ἐάν τις μὴ τῆς ἱκνουμένης ἐπιθυμεῖ, μήθ' ἕξεως,
μήτ' ἐπιστήμης τῶν περὶ τὴν ἀγωνίαν, μηδὲν ἧττον τοῦ παιδοτρίβου, καὶ τοῦ γυ-
μναστικοῦ παρασκευάσαι τε καὶ ταύτην ἐστὶ τὴν δύναμιν. i. In cunctis artibus,
& ſcientijs, quae non circa partẽ, ſed circa genus aliqđ perfecte ex-
ſiſtunt, vnius eſt conſiderare, quid cuiq. conueniat generi: ceu exer-
citatio corporis qualis quali cõueniat, & quae ſit optima: (optime. n.
natura diſpoſito, & cui omnia ſuppeditant, optimam conuenire ne-
ceſsarium eſt) & quae plurimis una omnibus. Etenim hoc gymnaſti-
cae eſt: Praeterea uero, ſi quis non exactum illum cupiat habitum,
& ſcientiam circa certamina, nihilominus paedotribae, & gymna-
ſtici eſt hãc potentiam praeparare. Quibus verbis clare ſatis patet,
tum ab Ariſtotele gymnaſticam nuncupari ſcientiam eo ferme pa-
cto, quo à Galeno: tum etiam gymnaſticam à paedotriba diſtin- F
gui. At ne illos, qui vtramque ſub uno gymnaſticae nomine intel-
ligunt, definitio lateat, quae vtriuſque uim ſimul explanet, ita di-
cere poterimus, Artem gymnaſticam eſse facultatem quãdam om-
nium exercitationum facultates contemplantem, eorumque uarie-
tates opere ipſo edocentem, uel gratia bonae ualetudinis conſer-
uandae, uel gratia optimi corporis habitus acquirendi, atque tuen-
di. Dixi huius artis talem eſse finem, non ſolum ut plenam atque
perfectam, quantum fieri poteſt, definitionem redderem, uerum
etiam ut hanc ſcientiam ab alijs, quae ſimilem formam obtinent:
differentem oſtenderem: Nam ludi omnes antiquorum, tam Grae-
corum, quam Romanorum, necnon etiã tota athletica ipſa, atque
exercitationes gratia belli factae circa omnes fere exercitationes
uerſan-

A uerſantur, circa quas gymnaſtica medica, ut in ſequentibus ſum demonſtraturus, quando in ſingulis exercitationum generibus declarandis quomodo in vnaquaque gymnaſtica locum habuerint ſeparatim planum faciam: nihilominus magnopere inter ſe diſcrepant, cauſſaque talis differentiae nulla alia exſiſtit praeter finem ſingularum, quo fine omnes facultates diſtingui ſcripſit Ariſtoteles: Nam ludorum finis erat religio quaedam, qua Antiqui opinabantur ſeſe Dijs rem gratam illis ludis tamquam promiſſam facturos · erat quoque populi uoluptas, cui maxime & reſpub. & Reges, ac Imperatores ſtudebant, quo homines uoluptate demulſi in officio continerentur: unde ludorum exercitatoribus tantum honorem tributum eſſe ſcribit Plinius, ut, dum eos inirent, ſemper aſſurgi, etiam ab Senatu, in more eſſet, necnon ſedendi ius in Lib.xvj. cap.4.
B proximo Senatui, atque uacatio munerum omnium ipſis, patribuſque & auis paternis, quod tamen ſeruis, quando illi ſimiles ludos inibant, conceſſum fuiſſe minime credo. De his uero ludis quicumque aliquid cognoſcere optauerit, librum Onuphrij Panuini Veronenſis habebit, qui omnium diligentiſſime, ut eſt ipſe omnium ſaeculi noſtri in hiſtorijs longe uerſatiſſimus, hanc materiam tractauit. Athletica finem habuit robur, ut illius ui poſſet athleta aduerſarium ſuperare, & coronam praemiaque propoſita conſequi: quamuis etiam apud Graecos, & Latinos nonnunquam athletae uocati ſunt, tam illi qui in ludis, quam qui extra ludos praemij gratia certabant, quos omnes ſub nomine uitioſae gymnaſticae (de qua inferius loquemur) Galenus complexus eſt: Caeterum qui gratia belli exercitationes praedictas obibant, id non ob aliud
C agebant, niſi quo agilitatem, ac peritiam compararent, quibus poſtea, cum oportebat, hoſtes in pugna uincere poſſent: atque harum execitationum diſciplina vſque adeo ſeuera apud maiores ſeruabatur, ut eius doctores duplicibus, quod ſcribit Vegetius, remunerarentur annonis; & qui parum in illa profeciſſent milites, Li.1.de re mil.ca.13. pro frumento hordeum cogerentur accipere, nec ante eis in tritico redderetur annona, quam ſub praeſentia praefecti tribunorum, uel principum experimentis datis oſtendiſſent ſe omnes militiae exercitationes compleſſe. Ex quibus omnibus manifeſtum eſt gymnaſticam noſtram a praedictis differentem eſſe, & ideo ſumma cum ratione a nobis in illius definitione poſitum finem fuiſſe, qui eſt gratia ſanitatis tuendae, & boni corporis habitus comparandi. Quod uero exercitationum omnium tres praedicti fines, a quibus tria gymnaſticae genera orta ſunt, apud ueteres exſtiterint, atque

omnes

omnes in unum publicae felicitatis finem relati sint, abunde declarauit Solon apud Lucianum in Anacharsi dialogo: qua una illius oratione, tota haec sententia nostra haberi rata mereretur, nisi Platonis & aliorum inferius explicanda testimonia accederent. A

De gymnasticae subiecto, & eius laudibus. Cap. IV.

CVm iam gymnasticam, quid sit, satis (nisi fallor) explicuerimus: eamque ab affinibus facultatibus seiunxerimus: reliquum est, subiectum illius, quale sit, considerare: nam sicuti nulla reperitur ars, siue illa sit architectonica, siue ei subiecta. quae finem operationum suarum aliquem non habeat, pariter nulla est, cuius subiectum aliquod non liceat proprium assignare, circa quod tota illius operatio uersetur: & B quamuis idem subiectum saepe numero plurium artium esse uideatur, si tamen res exacte perpendatur, cunctarum subiecta artium finibus ipsis inter se distingui apparebit, eo quod idem sane aliquo pacto, sed sub uarijs condicionibus, atque proprietatibus ab unaquaque consideratur: ita namq. fit, ut corpus humanum, quod pluribus artibus, atque disciplinis re uera subijcitur, tali pacto ab una consideretur, quo non ab alia: siquidem, prout naturale, atque mobile exsistit, Physicus illud contemplatur: prout sanitatis, uel morbi capax, Medico subijcitur: prout ἑυεκτον, idest boni habitus susceptibile, a gymnastica, siue conseruatoria, quae medicinae subijcitur, & de qua nobis futurus est sermo, consideratur. Corpus itaque humanum quatenus bonum habitum recipere, eumq. & sanitatem conseruare in seipso natum est, gymnasticae subiectum C esse definimus, quemadmodum etiam Galenus in libello illo ad Thrasybulum scripto luculentissime declarauit: neque propter hoc inferendum est, illum sibi ipsi contraria dicere, cum alias gymnasticam a medicina seiungi debere uoluerit, propterea quod uoluit, gymnasticam medicinae quidem partem esse, ita tamen, ut, ueluti pars a suo toto aliquo modo seiungitur, similiter gymnastica a medicina distinguatur: medicina enim senitatem, atque morbum in corpore humano considerans, alterum expellere, alteram comparare, & conseruare nititur. at gymnastica in corpore sano bonum habitum generare, eumque tamquam sanitatis uel partem, uel causam conseruantem retinere conatur: & ob id tanta fuit apud ueteres huius existimatio, ut Plato, atque Aristoteles (ne alios quam plures recenseam) eam rempub. haud optimam esse posse

censuerint,

A censuerint, in qua talis ars desideraretur, nec immerito quidem, quoniam si animi semper habenda est cura, neque ille absque corporis auxilio quidquam graue, aut dignum efficere ualet: profecto studendum est corporis salubritati, bonoque habitui, ut & animo inseruire, & eius operationes nequaquam impedire, sed adiuuare possit: propter quod in Protagora Plato eum esse claudum appellandum dixit, qui solum animum exercens, corpus ignauia atque otio consumit. Quantum porro ars gymnastica ad hunc habitum adipiscendum, sanitatemque tum conseruandam, tum etiam reparandam conferat, ut Platonis, & Aristotelis certissima testimonia praetercam, unum Galenum in medium adducam, qui se infinitos prope imbecilles ad bonum habitum reuocasse, & innumeros item alios, ne in morbos laberentur, sola gymnastica conseruasse gloria-
B tus est, ut nullo pacto nobis mirandum sit, si maiores nostri usque adeo corporis exercitationes aestimauerint, ut non tantum publica, eaque praeclarissima exercendis corporibus loca, qualia gymnasia, & Romanae thermae fuerunt, exstruxerint, uerum etiam in quibusuis fere priuatis aedibus exercitationibus locus aliquis in id designaretur, & quotidie in usu esset.

Quo tempore, & quo pacto coeperit gymnastica. Cap. V.

QVAMVIS Galenus medicorum omnium post Hippocratem princeps eius sententiae fuerit, quod gymnastica ars Homeri tempore nondum reperta esset, sed solummodo paullo ante Platonis tempora principium
C habuerit, nihilominus bello Troiano ab ipsomet Poeta descripto semina quaedam illius iacta fuisse, quasique primordia eluxisse uerisimile uidetur, nisi quoq. fateamur potuisse faciliter multo prius exstitisse, uerum aut non tunc temporis nominatam, neque cultam, & ad regulas, artisque formam redactam esse, aut scriptores, qui illam ab interitu, & obliuione uindicarent, non habuisse, id quod credere non est penitus absonum, si quod alibi Galenus scriptum reliquit, uerum esse non negamus, cunctos homines ad musicam, atque gymnasticam propensos nasci, nec quidquam reperiri, quod corpus, atque animum hisce duabus magis componere, & ad bonam frugem inducere queat contra Asclepiadas iniustos omnium exercitationum & aestimatores, & damnatores: ut his rationibus gymnasticam naturalem homini esse, & icicirco semper exstitisse persuasum habere deceat. Porro Homeri tempore artis gymna-

Primo de tu. valet.

sticae

ſticae principia quaedam exſtitiſſet, facile illi intelligere potuerũt, qui poetae libros lectitantes animaduerterint milites Graecos interdum diſco, lucta, curſu, arcu, & alijs huiuſcemodi, quae poſt ad gymnaſticam facultatem tranſierunt, ſeſe exercuiſſe, ſicuti octauo, & uigeſimotertio Odyſſeae frequenter legitur. Sed quomodo, & quo ordine ad hanc artem deuentum ſit, licet nihil plane explicatum habeamus: coniectura tamen quadam aſſequi poſſumus ex illis, quae Plutarchus in quincto Sympoſiacorum prob. 3. ſcriptis mandauit, ubi tradit, certamina prius ſimplicia fuiſſe, in quibus ſolum modo uictoriam, atque coronam pro fine habebant, ab his poſtea ad ſacrificia rem tranſlatam fuiſſe, quando Deo ſacra facturi, populumq. ad feſta accedentem oblectaturi certamina inſtituebant, quae a ſacrificijs demum ad gymnaſia paullatim fuiſſe introducta exiſtimo, quod primis illis temporibus, dum homines temperatam uitam traducerent, perpetuaque ſanitate fruerentur, illud unum ſtudium habebant, ut ad bella peragenda, hoſtesq. ſuperandos aptiſſimi euaderent: & propterea quando otiabantur, ne prorſus inertia conſumerentur, ſeſe illis exercitationibus detinebant, in quibus etiam uictoribus praemia ponebantur, quo & illorum uoluptate allecti, & ſpe praemiorum inflammati libentius, atque accuratius ad acriter contra hoſtes dimicandum diſponerentur: & ob id Homerus ſecundo Iliados in hunc modum finxit.

Λαοὶ δὲ παρὰ ῥηγμῖνι θαλάσσης
Δίσκοισιν τέρποντο, καὶ αἰγανέῃσιν ἱέντες
Τόξοισίθ'.

id eſt: *At gentes in litore ponti*
Ludebant diſcis, arcus, & iacula longe
Mittentes:

Et vigeſimo tertio:

Αὐτὰρ Ἀχιλλεὺς
Αὐτοῦ λαὸν ἔρυκεν, καὶ ἵζανεν εὐρὺν ἀγῶνα
Νηῶν δ' ἔκφερ' ἄεθλα, λέβητάς τε, τρίποδάς τε
Ἵππους θ', ἡμιόνους τε, βοῶν τ' ἴφθιμα κάρηνα
Ἠδὲ γυναῖκας ἐϋζώνους, πολιόν τε σίδηρον.

ideſt: *Sed Achilles:*
Illic detinuit popolum, magnumq. locauit
Certamen, Nauibus haec praemia ſplendida promens
Scilicet & tripodas, lebetesq. & fortia bouum
Cum mulis, & equis capita, & quoque corpora lumbis
Feminea accinctis, & albi pondera ferri.

A Ex quibus & sequentibus omnibus satis perspicuum est primis illis saeculis exercitationum finem fuisse tum delectationem quandam, & praemia consequendi spem, tum ab bellorum, hostiumque victoriam obtinendam agilitatem, atque peritiam. Post ea tempora cum Deorum cultus, & sacrificiorum celebrationes excrescere coepissent, ut homines ad illas confluentes alacrius, & libentius cōcurrerent, hae exercitationes in Deorum celebritatibus institutae sunt, ubi & Dijs, & hominibus gratae reputabantur, fiebantque, & ne exercitatores desiderarentur, praemia, quae homines ad quiduis audendum incitare solent, statuebantur ipsis certaminibus optatiora, atque praestantiora, sicut innuit Aristoteles: in his exercitationibus, quoniam homines praemiorum gratia duntaxat certabant, quae ἆθλα Graecis dicuntur, exercitatores ἀθληταὶ nuncupati fuerunt, qui & ab Atticis ἀσκηταὶ, ut Erotianus tradit, & à Latinis Athletae, apud quos certamen ipsum ludi nomen obtinuit, quod non solum in Deorum festis, uerumetiam in Amphiteatris, & ante amphiteatra instituta in foro, in priuatis locis ad populum oblectandum huiuscemodi certamina peragebantur, sicuti quoque & apud Graecos ἆθλοι. Nam Olympia Pisis, siue in Elide, & Nemea apud Cleonas: Isthmia in Isthmo ipso, Pythia Delphis apud eos talia fuerūt, quales apud Romanos ludi Capitolini, saeculares, & alij huiuscemodi, in quibus omnibus praeter praemia, ita etiam uictoribus magni honores constituebantur, uti non modo in conuentu stantes cum palma & corona laudes ferrent: sed etiam (utor Vitruuij oratione) cum reuerterentur in suas ciuitates cum victoria triumphantes quadrigis in moenia, & in patrias inueherentur, aereq. pub. perpetua uota constitutis uectigalibus fruerentur: at de his cum non sit nobis loquendum, ad rem nostram reuertamur. Dum itaque uita hominum parca fuit, hi soli exercitationum fines existere: uerum enim uero crescente luxu, multisque à longa ualetudine detentis tandem ad reparandam sanitatem, & imbecillitatem curandam, bonumque habitum comparandum exercitationes institui coeptae sunt, quod fuit paullo ante Hippocratis aetatem, quando Herodicus ille (ut scribit Plato) gymnasticam, quae prius in sacrificijs, atque ludis, necnon in bellicis exercitationibus solum auctoritatem, atque locum habebat; medicinae adiunxit: quod mea sententia nil aliud fuit, nisi certamina illa & exercitationes, quae solum pro coronis & praemijs ac militari disciplina assequendis, necnon pro Dijs placandis & hominibus delectandis in vsu erant, ad sanitatis conseruandae, & boni habitus acquirendi

(margin: In 3. parti. prob. 8.)

(margin: Tertio de repub.)

finem

finem traducere,quas postea exercitationes cum primi illi,atq. etiā D
posteriores gymnastae à medicis & philosophis,vt verisimile,est mo
niti mirum in modum corporibus conferre didicissent , alia mode-
rantes,alia addentes,necnō a publicis ad particulares,& propria lo
ca transferentes , tādem regulis quibusdam praeceptis, ac terminis
concluserunt, atq. ita artem totam pepererunt γυμναστικὴν vocatam
ἀπὸ τοῦ γυμνάζεσθαι, i dest ab exercendo, quasi nullus alius finis esset,
quā ob habitum corporis bonū obtinendum sanitatemq. conseruā-
dam exerceri,hoc autē primos omniū effecisse Hippocratē,Dioclē,
Praxagorā,Erasistratum testatus est Galenus 58. cap.lib.ad Thrasy-
bulum. Quamobrē ex his clarū factum arbitror,quomodo ars gym-
nastica principiū,incrementa,& statum,necnon quo tempore susce-
perit. Siquidē primū in bello Troiano dum milites Graeci in arenā
ex nauibus descēdentes (unde post emanasse prouerbiū In arenam E
descendere opinor)inter se certantes ad bellū exercebantur,tūc ap
parere coepit,artisq. agonisticae,& gymnasticae nomen etiā acce-
pit. Postea ad sacrificia & hominum voluptates traducta non modo
praedicta nomina retinuit: sed etiā athleticae appellationē cōsecu-
ta est, & apud Galenū uitiosa gymnastica nominata fuit. Demū ad
gymnasia , & certos locos pro pueris edocendis pro omniū sanitate
tuenda,ac pro bono habitu parando traducta, & sub normis cōclu-
sa gymnasticae uere nomen promeruit, quòd ante Plauti tempora
,, fuit , apud quem Atticus ille iuuenis Philolaches ita loquitur: Cor
,, dolet mihi,quem scio nunc vt sum, atque vt fui olim, quo neque in-
,, dustrior de iuuentute erat arte gymnastica,disco, hastis,pila,cursu,
,, armis,equo . Verū enim vero haec ars(ut testatum reliquit Marcus
Varro)apud Graecos solū in vsu viguit,quamdiu rura colentes Ro- F
mani & cultura foecundissimos agros habuerunt, & ipsi ualetudine
firmiores exstiterunt: sed postquā cresente desidia in opidis otiari ,
quam ruri laborare maluerunt , Graecorū vrbana gymnasia ita fre-
quentissima extulerunt,vt idē Varro conquestus sit suo tempore uix
singula satis fuisse,quae profecto, dum Roma,sub Imperatoribus flo
ruit,omnium maxima & speciosissima fuerant: at deinceps Romano
Imperio declinante,ceterisque in peius ruentibus una etiam destru
cta fuerūt,& simul cū ipsis ars non paruam iacturam passa fuit , quam
à Varronis temporibus vsque ad Imperij Romani inclinationem
in frequentissimo vsu habitam fuisse quisque intelligere potest, qui
omnes medicos ea aetate Romae aestimatos passim in morbis cu-
randis & sanis conseruandis exercitatoriam artem adhibuisse ab
eorum , quae supersunt , scriptis obseruarit, aut qui Plutarchum
omnes

In secūdo de re rusti. in prooe.

li.3.sym-pro.6.

A oẽs sua aetate exercitationibus occupatos fuisse scribentem lectitarit, q̃q̃ Plinius non oẽs exercitationes tunc honesti vsus gratia inuectas fuisse, sed nonnullas & peregrinas p̃sertim ad excitandam sitim quaesitas esse p̃dicat. Itaq. valde hallucinatum fuisse Budaeũ puto, qui in suis ad Pandectas adnotationibus Romanos gymnasiorũ, & palaestrae exercitamentis minime vsus, nulla firma ratione probat. li.14.c.22

De gymnasiis Antiquorum. Cap. VI.

Gymnasticã, siue exercitatoriã in certis locis fieri solitam, qm̃ supra statuimus, rationi modo consentaneum est, quid, loca ipsa, & qualia forent, planũ facere. Nam loca illa nil aliud fuisse, q̃ gymnasia nuncupata, ex multis, & p̃sertim ex verbis Galeni in secundo de tu. va. scriptis manifesto cõprobat̃, ubi narrat gymnasium fuisse publicum in separata vrbis regione locum exstructum, in quo ungebantur, fricabantur, luctabant̃, discum iactabant, aut tale quippiam factitabant, q̃ loca ita nuncupata fuerunt, qm̃ exercitatores ibi, vt plurimũ denudabantur. γυμνάζεσθαι enim antiquissima vox etiam denudari significare videtur, vnde Martialis libro tertio.

B

Gymnasium, Thermae, stadium est hac parte, recede
Exsuimur, nudos parce videre viros.

Et Bardesenes apud Eusebiũ li. vj. de praeparat. Euang. c. viij Graecos ait nõ potuisse vlla vi siderũ prohiberi, quin ĩ gymnasijs nudis exercerent̃ corporibus. Verũ an oẽs, & toti sẽper denudarent̃ q sanitatis tm̃ gr̃a exercerent̃ nõ est ita cõpertũ; suspicor tñ, luctatores, pugiles, atq. alios quosdã potuisse denudari quemadmodũ Athletis in vsu erat, quos tm̃ subligacula ꝓ pudẽdis tegẽdis tã in publicis, q̃ in priuatis certaminibus habuisse ẽt usq. ad Homeri tẽpora, a quo eorũ fit mẽtio, oĩs rõ decoris exigit, & historia Orsippi ab Eustathio, & Pausania relata, cui subligacula delapsa uictoriã dẽpserunt; ut inde post modũ indultũ, sit nec ea gestare ita accipiẽda est tanq̃ non magnis, & impedictib⁹, sed paruis, & nulli⁹ impedimẽti uti liceret, quẽ morẽ vsq. ad sua tẽpora Romae ꝑdurasse scribit Pausanias. Ad haec qñq. sub nomine gymnasij omnem locũ, vbi exercerent̃, cõprehensum fuisse reperitur: sicut postea haec vox ad alia quoq. trãslata est, quẽadmodũ apud Iosephũ videre licet, qui in libris de bello Iudaico balnea aliqñ gymnasia nũcupata esse demõstrat, vbi de Herode ita loquit̃. Nãq. apud Tripolim, & Damascum, & Ptolemaidẽ publicas balneas, q̃ gymnasia dicunt̃, Biblide aũt exhedras porticus cõdidit. Haec loca a Vitruuio, Celso, Plinio, atque alijs Latinae linguae auctoribus palaestras nũcupari inuenio: Vnde ẽt cõijcio Vitruuij tẽ-

C

pestate in Italia, vel raras admodũ, vel nullas extitisse palaestras, siue D gymnasia, qñ quidẽ is libro architecturae earum aedificationes traditurus Italicae consuetudinis nõ fuisse praedicit: Nã qui primi gymnasia exaedificasse credunt, fuerunt Graeci, si credendum est Soloni apud Lucianũ, & M. Tullio Ciceroni, qui in secundo de Oratore scribit, gymnasia delectationis, & exercitationis gratia ab ipsis primum instituta fuisse. Inter Graecos autem primi exstiterũt Lacedaemones, sicut Athenaeus ex Ippasi sententia, & Plato in Theaet. & primo de legibus memoriae prodiderũt, quos etiam illa ipsa omnium praestantissima, atque speciosissima construxisse ex Martialis libro 1. intelligere licet, vbi hos versus habet.

In Anach. Dialogo.

Argiuas generatus inter vrbes
Thebas carmine cantet, aut Mycenas,
Aut claram Rhodon, aut libidinosae, E
Ledaeas Lacedaemonis palaestras.

Quo vero Plato in Critia dũ Atlanticam illã regiã describit, q̃ nouẽ milliũ annorũ interuallo ab aetate sua ante floruisse narrat, ibi gymnasia exstasse scribit, qui Lacedaemonũ inuẽtũ illa facit, exacte discernere nequeo, nisi totã illã Critiae narrationẽ fabulosã credamus. Post Lacedaemonios Athenienses quoq. sua gymnasia erexerunt, in quorũ vrbe tria extitisse testant Pausanias, & Suidas, alterũ ἀκαδημίαν vocatũ, in quo Plato philosophiam suã ꝓfessus est; alterũ λυκεῖον, vbi Aristoteles edocuit, qđ Apollinis Lycij tẽplũ fuisse legitur apud Lucianũ; alterũ κυνοσαργὲς ubi nothi, spurij, ac ignobiliores oẽs exercebãtur: si quidẽ apud Graecos tanto odio, tãtaque infamia viles, ac spurij notabanť, vt qui vere legitimi, ac nobiles essent, cũ ijs cõsuetudinẽ, aut cõem sese exercẽdi locũ habere recusarẽt. Praeter haec tria F mẽtionẽ facit alterius, quod Canopũ uocat Philostratus in vita Herodis Attici. Dixi in vrbe Atheniensium tria fuisse gymnasia, quod licet extra vrbem essent, erant tñ haud longe aedificata, ut q̃ proxima essẽt urbi, in ea fuisse dici potuerit. In his etenim mortuos quoque sepeliendi consuetudinem Graecos habuisse scriptũ est apud Ciceronẽ, cui Seruius se Marcellũ interfectum in Academia Atheniensiũ nobilissimo totius orbis gymnasio sepeliuisse scribit. Quae vero Ligorius antiquitatis totius peritissimus inuenisse scribit in uestigijs Hadriani Imperatoris Tiburtinae villae repraesentata, Athenaeũ, Hermeũ, Panathenaicũ, minime gymnasia, vbi corpora exercerent, fuisse puto: sed loca, in q.bus aut disciplinarũ, & aliarũ artiũ studijs opera dabatur, uel festa aliqua celebrabantur, vt in Panathenaico festa Panathenaica. Corinthum quoque gymnasiũ habuisse,

In Anach.

4. Epist. fami. epist. 12

Craneum

A Craneum vocatum, auctor est Laertius libro tertio. tandem nullum pene oppidum fuit Graecorum, quod gymnasium non haberet, ut Anacharsis dicere solebat. Romani postremi omnium gymnasia palaestras vocata in vrbe ad Graecorum aemulationem Varrone auctore aedificare coeperunt: quos tamen caeteros quoscumque tum magnificentia operum, tum inaestimabili pulchritudine in hoc genere antecessisse, ex illis Thermarum ruinis, quae ad hanc vsque diem non sine omnium stupore perdurantes, conspiciuntur, facile conuincitur. ne sileam illud, quod de Neronis gymnasio scripsit Martialis lib. vij.

Iu lib. de antiqs nominibus.

Quid Nerone peius?
Quid Thermis melius Neronianis?

attamen ante Neronis quoque tempora fuisse Romae gymnasia ex Plauti Bacchidibus,
B cuius locum apponam inferius, colligere licet. Nam gymnasia tota aliquando Thermas ob aquae calidae vsum ibi frequentem nuncupari, apud auctores Latinae linguae nemo dubitat, sicut etiam interdum Thermae significant eam gymnasij partem, in qua lauabantur, ubi propnigeũ, laconicũ, calda lauatio sitae erant, ut ex multis auctorum testimonijs, & praesertim ex Martialis versibus nuper citatis clare perspicitur. Gymnasium, thermae, stadiũ est hac parte. His omnibus potest iam vnicuique persuasum esse, quantum in errore versatus sit (inuitus fateor) Blondus Foroliuiensis conciuis meus, qui in secundo Romae instauratae commentario thermas solum ad lauandi vsus institutas fuisse scripsit. Porrò ne quis forsan admiratione capiatur, quod dixerim Platonem, atque Aristotelem in gymnasijs philosophari consueuisse; scire debet in huiuscemodi locis va-
C ria hominum genera conuenire solita fuisse, quae omnia in sequenti capite a nobis sigillatim demonstrabuntur: tanta enim erat huiuscemodi locorum capacitas, tamq. spatiosa amplitudo, vt absque ullo impediméto diuersae, ac ferè innumerae exercitationes, & corporum & animorum peragi posent, queadmodum ex Vitruuij allata descriptione perspicere quiuis mediocriter hac in re versatus poterit; quam cum in rebus plurimis diuersam ex Octauij Pantagathi viri tempestate nostra summi iudicio in prima editione tradiderimus, nũc ipsa diligentius considerata (vt semper curae posteriores ese meliores solent) castigatiorem, & omnibus Vitruuij uerbis exacte correspondentem exhibemus. ad quod agendum clarissimus Aloysius Mocenicus, Francisci filius, Ioannes Vincentius Pinellus, Melchior Guillandinus, uiri tum ob acre in cunctis iudiciũ, tum ob singularem eruditionem apud omnes spectatissimi, necnon

Andreas Palladius priscae totius architecturae peritissimus non pa D
rum adiumento nobis fuerunt. ita ut non verear, quin hoc pacto doctis, Vitruuijque scientiae studiosis probata eueniat, & quemadmodum ad hanc fere diem palaestrae ratio fuit incognita, sic in posterum clara, atque manifesta futura sit, Immo vero, si Octauius ipse reuiuisceret, non dubitarē, ut erat homo sanctissimus, atq. doctissimus, quin etiam ipse huic descriptioni, & Vitruuij contextui non mutato, sed in aliquibus tantum melius ordinato libentissime subscriberet. Placuit autem duas eius ichnographias proponere, quia auctor & quadratas, & oblongas fieri posse docet.

De palaestrarum aedificatione, & xystis, ex Vitruuio Lib. V. Cap. XI.

E



Vnc mihi videtur (tametsi non sint Italicae consuetudinis) palaestrarum aedificationes tradere explicate, & quemadmodū apud Graecos constituātur monstrare. In palaestris peristylia, quadrata, siue oblōga ita sunt facienda, uti duorum stadiorum habeant ambulationis circuitionem, quod Græci uocant διαυλόν. ex quibus tres porticus simplices disponantur, quartaque quae ad meridianas regiones est conuersa duplex. ut cum tempestates uentosae sunt, non possit aspergo in interiorem partem peruenire. Constituuntur autem in tribus porticibus exhedrae spatiosae habentes sedes, in quibus philosophi, rhetores, reliquique qui studijs delectantur, sedentes disputare possint. In duplici autem porticum F
collocentur haec membra, Ephebaeum in medio (hoc autem est exhedra amplissima cum sedibus, quae tertia parte lōgior sit, quam lata) sub dextro coriceum, deinde proxime conisterium, a conisterio in versura porticus frigida lauatio, quam Graeci λουτρόν uocitant, ad sinistram ephebaei elaeothesium, proxime autem elaeothesium frigidarium, ab eoque iter in propnigeum in uersura porticus. Proxime autem introrsus e regione frigidarij collocetur concamerata sudatio longitudine duplex, quam latitudine, quae habeat in versuris ex parte laconicum ad eundem modum (vti supra scriptum est) compositum. Ex aduerso laconici calidam lauationem. In palaestra peristylia (quemadmodum supra scriptum est) ita debent esse perfecte distributa. Extra autem disponantur porticus tres, vna ex peristylio exeuntibus, duae dextra, atque

A ſiniſtra ſtadiatae, Ex quibus una, quae ſpectauerit ad Septemtrionem, perficiatur duplex ampliſſima latitudine, altera ſimplex ita facta, ut in partibus, quae fuerint circa parietes, & quae erunt ad columnas, margines habeant uti ſemitas non minus pedum denum, medium q. excauatum, uti gradus bini ſint in deſcenſu ſeſquipedali a marginibus ad planitiem, quae planities ſit ne minus lata pedum duodecim: Ita qui ueſtiti ambulauerint circum in marginibus non impedietur ab cunctis ſe exercentibus. Haec autem porticus apud Graecos ξυστὸς uocitatur, quod athletae per hiberna tempora in tectis ſtadijs exercentur. Proxime autem xyſtum, & duplicem porticum deſignentur hypaethrae ambulationes, quas Graeci περιδρόμιδας, noſtri xyſta appellant, in quas per hiemem ex xyſto ſereno coelo athletae prodeuntes exercentur. Faciunda autem xyſta ſic uidentur,
B ut ſint inter duas porticus ſiluae, aut platanones, & in his perficiantur inter arbores ambulationes, ibique ex opere ſignino ſtationes. Poſt xyſtum autem ſtadium ita figuratum, ut poſſint hominum copiae cum laxamento athletas certantes ſpectare. Quae in moenibus neceſſaria uidebantur eſſe, ut apte diſponantur, perſcripſi.



Figura palaestrae cum peristylio quadrato

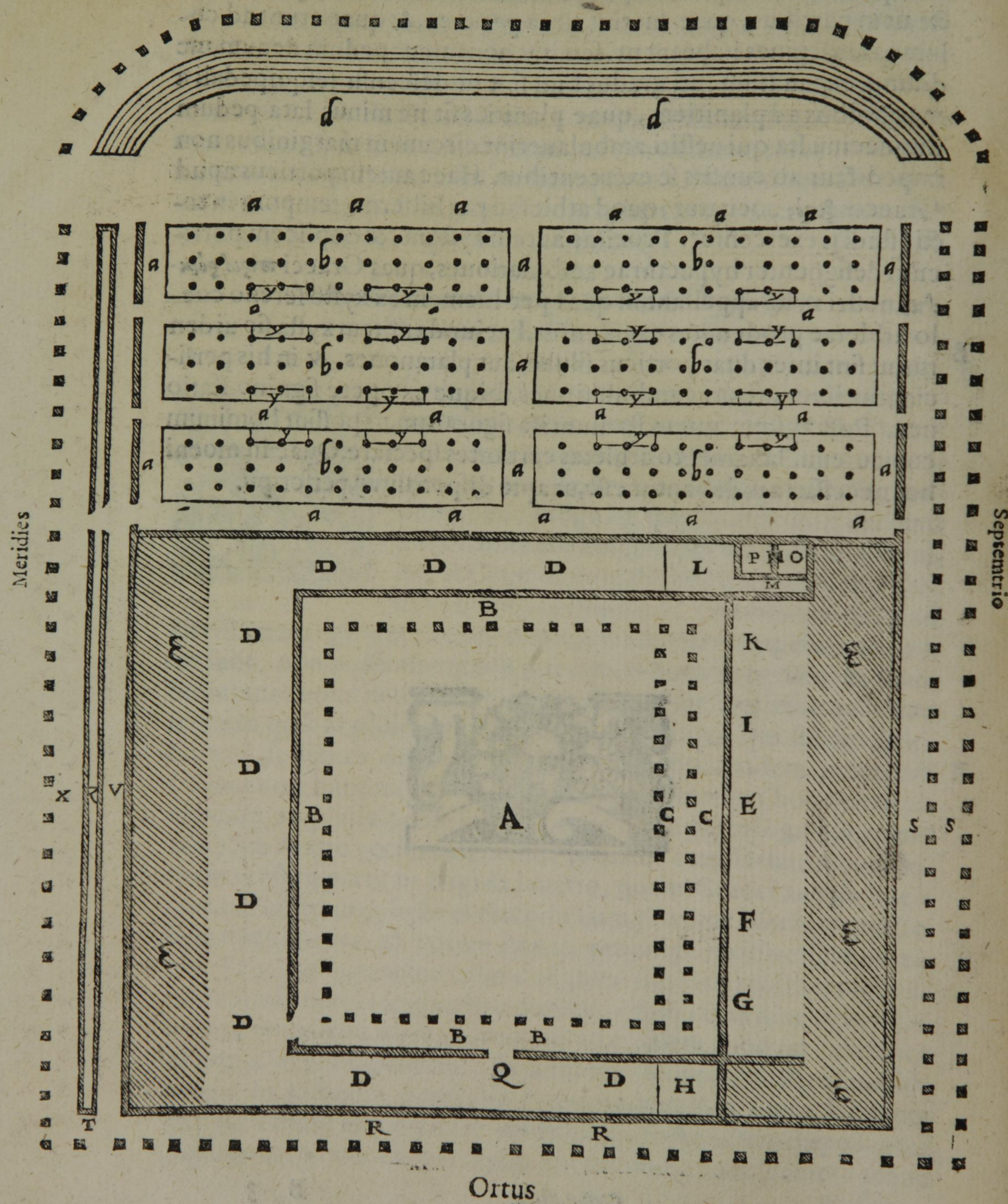
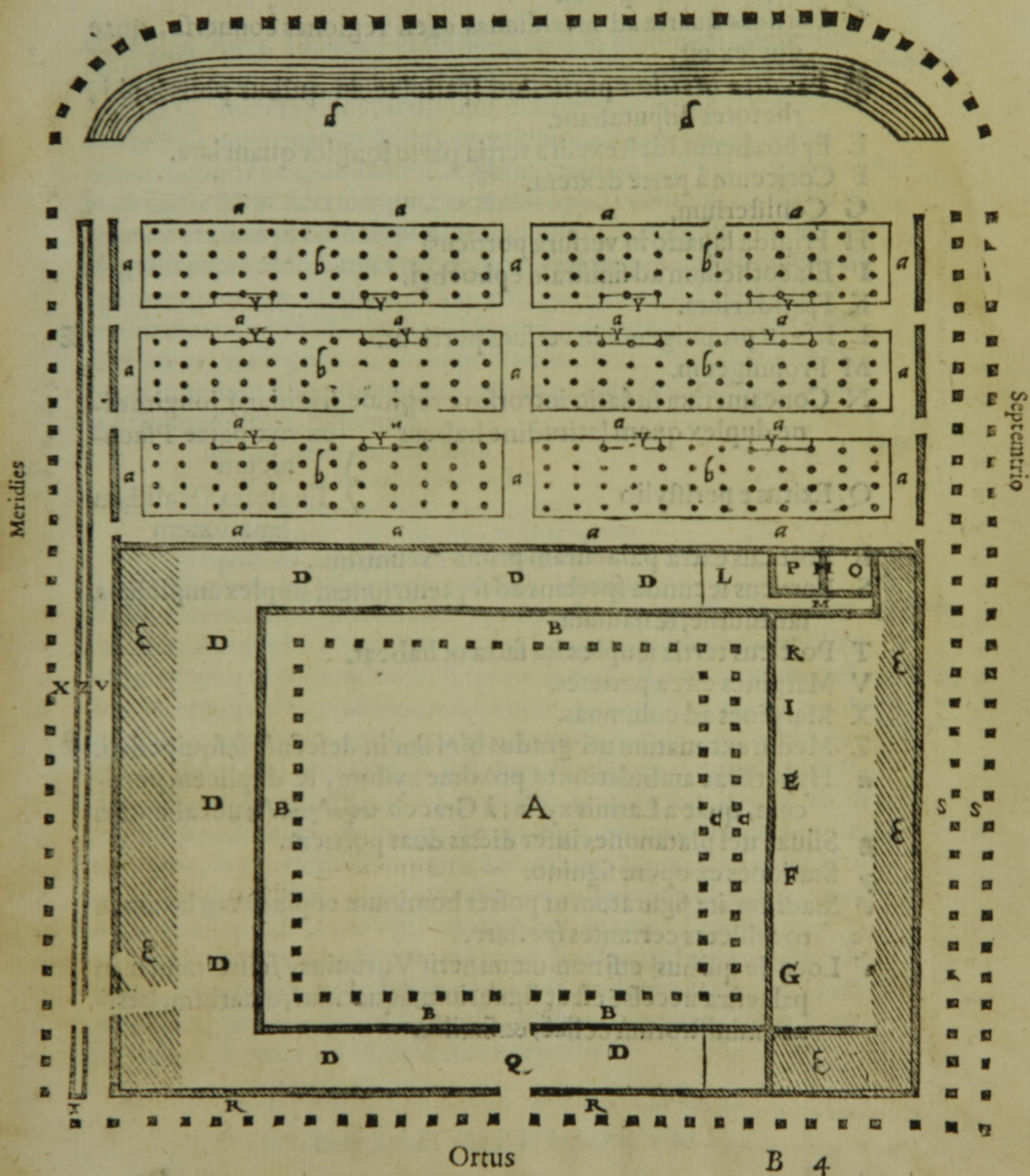


Figura palaestrae cum peristylio oblongo



A Periſtylium in palaeſtra quadratum & oblongum habens ambulationis circuitionem duum ſtadiorum. D
B Tres porticus ſimplices.
C Porticus quarta ad meridianas caeli regiones conuerſa, quae duplex eſt.
D Exedrae in tribus porticibus ſpatioſae, in quibus philoſophi, rhetores diſputabant.
E Ephoebęum, ideſt exedra tertia parte longior quam lata.
F Coriceum à parte dextera.
G Coniſterium.
H Frigida lauatio in verſura porticus.
I Elaeotheſium ad ſiniſtram ephoebęi.
K Frigidarium.
L Iter in propnigeum in verſura porticus. E
M Propnigeum.
N Concamerata ſudatio introrſus e regione frigidarij longitudine duplex quam latitudine habens } ex vna parte Placonicum; Ex altera Ocalidam lauationem
Q Exitus e periſtylio
R Porticus extra palaeſtram prima exeuntibus.
S Porticus ſecunda ſpectans ad ſeptentrionem duplex ampliſſima latitudine, & ſtadiata.
T Porticus tertia ſimplex ita facta ut habeat.
V Margines circa parietes.
X Margines ad columnas.
Z Mediũ excauatum uti gradus bini ſint in deſcenſu ſeſquipedali. F
α Hypethrae ambulationes proxime xyſtum, & duplicem porticum, quae a Latinis xyſta, à Graecis περιδρομίδες uocabantur.
β Siluae uel platanones inter dictas duas porticus.
γ Stationes ex opere ſignino.
δ Stadium ita figuratum ut poſset hominum copiae cum laxamento athletas certantes ſpectare.
ε Loca de quibus, etſi non meminerit Vitruuius, fuiſse tamen in palaeſtra neceſse eſt ut lignarium, aquarium, uaſarium, latrinae miniſtrorum cellae, & ſimilia.

A

De varijs hominum generibus, quae in gymnasia conueniebant. Cap. VII.



Anta, adeoque varia hominum in gymnasijs conuersantium erat multitudo, vt, referente Galeno, saepenumero inter ipsos contentiones exorirentur, atque etiam maximus quidam, & insuauis clamor, de quo conquerebatur Seneca, continue exaudiretur; & quem etiam in thermis Varro tempore suo testatur fieri solitum, his uerbis apud Nonium: Ita uti soliti Romae eramus in balneis plodere coepimus, & murmurari. Sed ne singulos enarrando nimis à proposito recedam, praecipua quaedam ipsorum genera persequar. Primum itaque genus in gymnasijs conuersantium erant Philosophi, Rhetores, reliquiue, qui studijs delectabantur; ibi legebant, colloquebantur, interseque disputabant, sicuti Iuuenalis his versibus demonstrat, quibus Rhetoris & praeceptoris conditiones exponit:

10. meth.

Epist. 57.

B

Saty. 7.

Sed vos saeuas imponite leges,
Vt praeceptori verborum regula constet,
Vt legat historias, auctores nouerit omnes,
Tamquam vngues, digitosq. suos, vt forte rogatus
Dum petit, aut thermas, aut Phoebi balnea dicat
Nutricem Anchisae nomen, patriamq. Nouercae.

Et sicuti etiam Galeni testimonio comprobatur, qui Theagenis cuiusdam philosophi Cynici in Traiani gymnasio quotidie publice disputantis mentionem facit: Tria enim fuisse Romae loca, in quibus litterariae exercitationes obirentur, ex varijs Galeni libris cognoscitur, templum pacis antequam conflagraret, gymnasia publica, ἀκουστήρια. Inter quae scholam medicorum appellatam si quis recenseat mea sententia à vero non errabit. fuit autem ea in Esquilijs aedificata, multisq. imaginibus, atque marmoribus ornatissima, vt ex ruinis illius partis à pluribus, & praesertim a Ligorio obseruatum fuit. Quid potissimum in hac schola fieret, nondum apud quemqnam legi. At existimo praeter dispositiones, & alia medicinae studiosorum exercitia simile quid tractari solitum fuisse, atque nunc in collegijs vocatis fit, quando & scholam eiusmodi proprios tabularios habuisse, ostendit marmor cum hac inscriptione Romae ad D. Sebastiani repertum.

13. meth.

In In lib. de libris proprijs.

C

M. LIVIO. CELSO. TABVLARIO
SCHOLAE. MEDICORVM

M. LIVIVS. EVTYCHVS
ARCHIATROS. OLL.D.II.
IN. FR. PED. IIII.

D

Alterum genus erat, Adoleſcentes, qui vt exercitationũ obſeruationes, atq. modos addiſcerẽt, ad gymnaſia accedebãt, vbi à gymnaſtis ipſis quaſcumq. cupiebãt exercitationes, edocebãtur; Adoleſcẽtes liberos palaeſtrã ediſcere ſolitos fuiſſe facile couincitur ex illis Parmenonis apud Terentiũ verbis, quibus ille Chereã ſub forma Eunuchi Thaidi offerẽs ait, Fac periculum in litteris, fac in palaeſtra, in muſicis, q̃ liberũ ſcire aequũ eſt adoleſcentẽ, ſollertẽ dabo. id qđ clarius infra demõſtrabo. Tertiũ genus erãt Athletae qui ibi ſe exercebãt, vt in publicis ludis, ſeu in ſacris certaminibus poſſent & populũ delectare, necnõ victoria ac praemijs potiri. & qđ hoc fuerit, prę ter Vitruuij auctoritatẽ Suetonius clariſſime demonſtrat dũ refert Neronẽ quandoq. gymnaſiũ ingredi ſolitũ, vt certãtes athletas ſpectaret. Quartũ genus erãt oẽs illi ſiue nobiles, ſiue ignobiles, qui uel militaris diſciplinae, & fortitudinis, vel tuẽdae ſanitatis, & boni habitus cõparandi gratia varijs exercitationũ generibus incũbebant, de prioribus eſt locus apud Caſſiodorũ lib. v. epiſt. 23. male à Pamelio in adnot. ad Tertulliani lib. de ſpect. intellectu, vbi ita ſcribit. Oſtent iuuenes noſtra in bellis, qđ in gymnaſio didicere virtutis. In poſterioribus vero Galenũ noſtrũ numerare poſſumus, cum ſcribat ſe anno aetatis ſuę trigeſimo quincto paſſum fuiſſe luxationẽ ſummi humeri in palaeſtra. Quinctum genus erat eorum, qui fricabãtur, licet. n. frictiones fierent à multis ante reliquas exercitationes, nihilominus multi quoque ſine vlla exercitatione ſeorſum ab alijs, ut de Veſpaſiano tradit Suetonius, ſolũ fricabantur, quod intelligi põt ex Galeno frictionẽ ad exercitationes praeparatoriã à reliquis diſtinguẽte. Sextũ genus erãt, qui lauabãtur, atq. hi erãt tũ nobiles, tũ ignobiliores. Hoc tamen intererat, qđ diuites, atq. primates labra, & colymbithras ꝓprias in cellis alioqui cõmunibus habebãt, vbi ſoli diuerſis tẽporibus lauabãtur, multi erãt qui ẽt ſolia uel lignea, vel argẽtea (qđ recitat Plinius) ſecũ ferrẽt, ne pedes nudos collocarẽt, ubi viliſſimi quiq. ponebant, quãuis etiã referant nonnulli Hadrianum Imperatorẽ lauari ſolitũ, vbi plebs lauabatur quod & Titũ Caeſar. feciſſe ſcribit Suetonius. Qui vero duntaxat ungerentur nulli in gymnaſijs reperiebantur, quoniã uel exercitationum uel balnearũ gratia ungebantur. Ab his poſtremo omnibus non pauci ſpectatores (ne miniſtros, de quibus infra loquemur, nunc recenſeam) in gymnaſia conueniebant, qui non ob aliud, niſi ad videndos exercitatores

In Eunucho.

In 1. de artic.

2. de tu. val.

E

F

tatores

A tatores ut pote otiosi,& nullis negotijs occupati eo accedebãt. Quo in loco id etiam animaduertendum cẽseo, diebus festiuis gymnasia magis frequentata fuisse, quando artifices, aut alijs seruitijs detenti otiantes in illis ob remittendos labores, & uoluptatem capiundam uersabantur. An in Romanorum Thermis mulieres quoq. uersarentur, quemadmodum uiri, nil certi affirmare ausim, nisi quod Romanã maiestatẽ illud dedecuisse videtur, facileq. fieri potest, ut impurae aliquae & spectandi, & ludẽdi gratia, quod Iuuenalis, & Martialis innuũt, publice versarentur in gymnasijs, necnon in locis separatis, quae ibi lauãdis feminis solis exstructa essent, perinde ac in priuatis balneis honestae mulieres lauarentur tam ignobiles & mediocri loco natae, quã illustriores, cũ de Poppaea Domitij Neronis uxore referat Plinius, quod ad augendũ cutis candorẽ quingentas asinas Li.2.c.41.
B fetas per omnia secum trahebat, & balnearum etiam solio totum corpus illo lacte macerabat: quod intellexit Iuuenalis dum scripsit.

aut pinguia Poppaeana. Saty.6.
Spirat &
Incipit agnosci, atq. illo lacte fouetur
Propter quod secum comites educit asellas,

in quem dealbandi corporis usum alias mulieres farinam fabaceam, alios nitrum, aphronitrumue in balneis vsurpasse meminit Galenus. Atqui Spartanorum Primo de alim.fac. mulieres una cum uiris in palaestris exerceri se consueuisse, praeter alios, satis testatum facit Propertius libro tertio

Multa tuae Sparte miramur iura palaestrae,
Sed mage virginei tot bona gymnasii,
Quod non infames exercet corpore ludos
C *Inter luctantes nuda puellas uiros,*
Cum pila ueloces fallit per brachia iactus,
Increpat & versi clauis adunca trochi,
Puluerulentaq. ad extremas stat femina metas,
Et patitur duro vulnera pancratio,
Nunc ligat ad cestum gaudentia brachia loris,
Missile nunc disci pondus in orbe rotat.

Neq. de Hoc Spartanorũ more quisquam mirari debet, quando & Plato in quincto de repub. grauissimis argumentis probauit ad feliçem rerum publicarum statum maximopere conducere, si mulieres tam iuuenes, quam seniores una cum viris nudae in palaestris, atque gymnasijs exerceantur, quod an sapienter decretum fuerit, & an ad continentiam temperantiamue ex consuetudine consequendam, ut Platoni in animo erat, conferret, non est locus examinandi.

De

De gymnasiorum diuersis partibus. Cap. IIX. D

Vitruuium qui Augusti Caesaris aetate floruit, solum palaestras graecas tradidisse ex ipsius uerbis constat, quando nondum Romani Imperatores suas exstruere coeperant, quas postea exstructas sicuti in multis Graecorum gymnasijs similes fuisse probabile est, ita pariter verisimile sit Romanos (vt solet esse posteriorum in excolendis rebus mos) plura suis addidisse, quae uel Graecos latuerant, vel parum ab illis aestimata fuerant. Quocirca partes gymnasiorum magis principales explicaturus haudquaquam solas a Vitruuio significatas in medium afferam, sed illas nullo situs ordine seruato enarrabo, quas dispersim ab Auctoribus traditas inuenio, quasue rei ipsius ratio expostulare uidetur in Graecis, atq. Romanis palaestris extitisse: quãquam Vitruuij E auctoritatem nunquã multifaciendam existimaui, nempe quẽ παραδοξόλογον & sua aetate minime aestimatum puto, quod enim ab Augusto nullis egregijs Fabricis, nisi solis Balistis praefectus fuerit, quando scilicet in vrbe & extra urbem magnifica aedificia exstruebantur, quod ẽt a nullo fere posteriore auctore nominatus inueniatur, praeterquã in capitum Plinij librorũ catalogo, qui ab aliquibus minime Plinianus, uel saltem adulteratus putatur, magnam certe ipsius existimationis suspicionem merito parit. Ergo primae gymnasiorũ partes fuerunt porticus exedris siue cubilibus apertis plenae, in quibus philosophi, & rhetores, mathematici, & omnis deniq. disciplinarum amatores disputando, legendo, ac docẽdo exercebantur: atq. has non longe ab alijs admodum sitas fuisse conijcere possumus tum ex ipsa figura, tum ex prouerbio inde nato (Discũ quam F philosophũ audire malũt) quod in eos dicebatur, qui in eodẽ gymnasio inter philosophos sedentes, atq. inde discorũ crepitus audientes relicta sapiẽtiae schola ad proximum certaminum locum erumpebant. In exedris philosophorum adolescentes atq. pueros illos, q. disciplinarum studijs operã nauabant, versatos esse rationi consentaneum est: quod essent illae ueluti scholae quaedã, ubi possent facillime post animorũ exercitationes corpora ad sanitatẽ, uel fortitudinem iuuenes & pueri exercere, subindeq. lauari. extat enim Lampridij auctoritas, Alexandrũ Seuerũ post lectionem operam modo palaestrae, modo sphaeristirio, modo cursui, modo lenibus luctis dedisse, mox balneum introiuisse. Inter has adnumero quoq. medicorum scholas. Secunda pars erat Ephebaeum, quo mihi verisimile apparet eos conuenire, atq. de praemijs, & exercẽdi genere pactio-

nes

A nes facere solitos, qui simul exerceri, ac certare uolebant: quamquam sciam Philandrum eius opinionis fuisse, quod in Ephebaeo puberes exercerent. qua in re ipsum ualde melius sensisse existimo, quam Gulielmum Choulum, qui in suo de antiquorũ exercitationibus libro in Ephebaeo iuuenes studendi gratia sedisse scriptis mãdauit. Vtrum uero apud Romanos, qui cum uiris ante decimum sextum annum pueros commercium ullum habere uetabant, hoc uerũ fuerit affirmare nõ auderem. Neq. item negare possumus, Ga- Li. de pc. ad Posth.
leni tempore, pueros exerceri in palaestra consueuisse, cũ is cuiusdam aegritudinis, quam Commodus puer, atq. Imperatoris filius in palaestra acquisiuerat, mentionem faciat: & praeterea in secũdo de tu. ua. sic scribat: οὕτω δὲ καὶ ὅσις ἀναῤῥιχᾶται διὰ σχοινίου καθάπερ ἐν παλαίστρᾳ γυμνάζουσι τοὺς παῖδας εἰς εὐτονίαν παρασκευάζοντες. i. Sic autẽ, & quicumq. per funẽ scandit quẽadmodũ pueros in palaestra exercent, eos ad robur praeparantes. Ex quibus uerbis pueros in palaestris exerceri solitos fuisse satis constaret, etiamsi id quoque Plautus in Bacchidibus apertissime testatus nõ esset, ubi Lydus Pistocleri paedagogus patrum erga filios sui temporis indulgentiam taxans de anteacti temporis moribus ita loquitur.

B

Nego tibi annis viginti fuisse primis copiam
Digitum longe a paedagogo pedem vt efferres ex aedibus
Ante solem exorientem nisi in palaestram veneras
Gymnasii Praefecto haud mediocres poenas penderes:
Idq. vbi obtigerat, hoc etiam ad malum arcessebatur malum
Et discipulus, & magister perhibebantur improbi.
Ibi cursu, luctando, hasta, disco, pugilatu, pila
Saliendo se exercebant magis, quam scorto, aut sauijs.

C Vnde mihi cõijciendũ uidetur pueris sũmo mane palaestrã adeũdi praeceptũ fuisse, ut uirorũ, qui tũc nõ aderãt, cõmerciũ uitarãt, atq. ẽt litterarũ studijs incũbendi otium superesset. etenim non defuisse, qui pueros nudos uidere, & nefandum eorũ amorem sibi conciliare ex palaestris studerent, facile ex amatorio Plutarchi lib. colligitur. habetur aũt ex citato Plauti loco gymnasia publica Romae ẽt fuisse ante Neronis principatũ, sicut & ex Catullo, ac alijs. Tertia pars erat Coriceũ, qui locus (ut mea fert snĩa) ꝓ denudãdis hominibus, q̃ uel exerceri, uel lauari, uel utrũque agere uolebant, inseruiebat, alias a Graecis ἀποδυτήριον, & a Galeno γυμναστήριον uocatus. Nisi enim Coriceũ apud Vitruuium talem locũ significat palaestras ab ipso descriptas absq. hac parte omniũ maxime necessaria extitisse dicendum esset, quã non solum in publicis gymnasijs, uerũ etiam in priuatis affuisse credo, si quidem Plinius Caecilius in descriptionibus uillae Li. 2. & 5 Epist.
suae

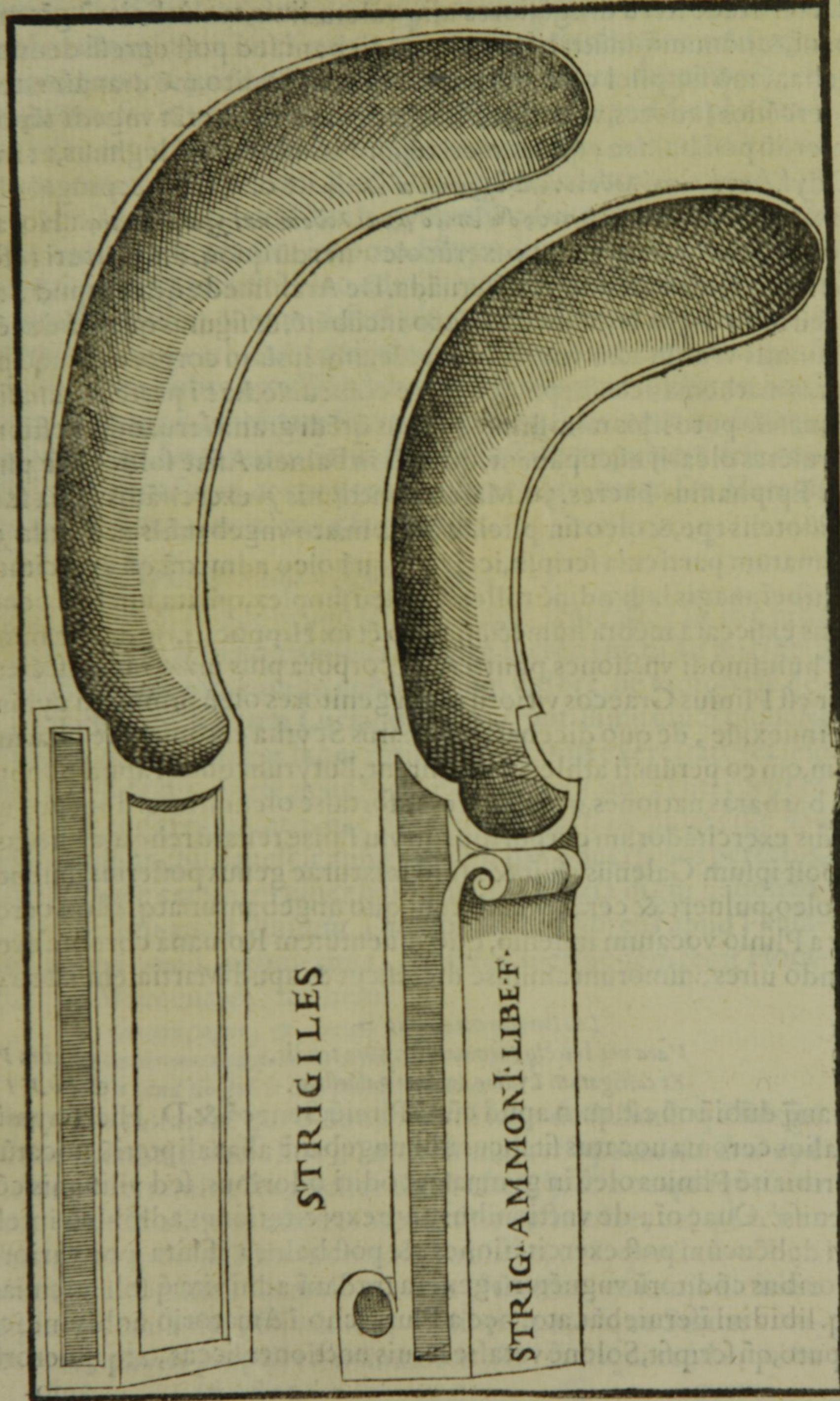
suae Laurẽtinae ac Tuscorũ apodyteriũ inter alia adnumerat: unde D
illorũ sentẽtias ꝓbare nequeo, qui Coryceũ in Vitruuij textu legẽ-
dũ putarũt a coryco pilae specie, quasi ibi ludus talis agereẽt aut cou
riceũ pro tõstrina, aut coryceũ tamq̃ in eo puelle, & virgines κόραια
Graecis uocatae exercerentur. Quarta pars erat eleothesium a Iulio
Li. 2. epi. Polluce ἀλειπτήριον, a Caecilio Plinio unctuarium uocatum, atq. in
isto luctaturi, & alias exercitationes, uel balneas inituri ungeban-
tur, redungebanturq. Sed, quoniã opportunitas rei postulare vide-
tur, ut de hoc gymnastico vngẽdi munere uerba faciã, neq. Metro-
dori Scepsij περὶ τῆς ἀλειπτικῆς. i dest, de ungendi ratione citatus ab
Athenaeo liber hodie extat, quatuor ego dicã: primũ, quãdo, & qui
ungerentur: secundũ, quae esset unctionis materia: tertiũ, cuius finis
gratia ungerentur: quartum, quo modo, & a quibus unctio admini-
straretur. Illi qui vel loturi uel sese exercitaturi in gymnasiũ uenie- E
bãt, maiori ex parte spoliabãtur in apodyterio: postea horũ nõnulli,
& praesertim qui uel luctã, vel pãcratium inire intendebãt, (nã pu-
gilatores, cursores, ac alij multi unctione nõ egebant) alipteriũ in-
gredientes ungebãtur, atq. ita uncti ad locũ, ubi erat puluis, de quo
loquar inferius, trãseuntes puluere cõspergebantur, sicq. deinceps
in exercitationes diuersas diuersi prodibãt: postquã uero sese, quan-
tum libuerat, exercuissent, iterũ ad unctuariũ reuertentes ibi a Me-
diastinis, & Reunctoribus strigilibus ferreis, de quibus Martialis,

Pergamus has misit curuo distinguere ferro,
Non tam saepe teret lintea fullo tibi,

detergebantur, in qua detersione oleum, puluis, & sudor, quae de
radebantur, simul mixta in usum medicum adseruabãtur, & ab At-
Lib. 1. c. 3 ticis κονίσαλος, ab alijs uero πάτος uocabatur, ut ex Dioscoride Pli- F
Li. 34. c 8 nio, Galeno, & Aetio facillime confirmari potest: tametsi Auicen-
li. de sim. me. 81. & 4 na libro secundo faciat mẽtionem etiam sudoris sicci athletarum,
de tu. ua. quem puto fuisse illum, cui neque oleum, neque puluis inerat. &
Lib. 5. & 10 d sim. quamuis Galeni aetate strigiles adhiberentur ad balnei vsum, ni-
med. & hilominus balneorum strigiles plerumque spongiae erant, uel li-
li. 2. c. 17. nei, neque communiter semper administrabantur, sed quisq. pro-
prium secum gerebat, & praesertim quicumque communia cum
alijs instrumenta habere fugiebat, vt insinuat Persius Sat. v.

I puer, & strigiles Crispini ad balnea defer.

Ferrei autẽ erant, uel aurei, uel argẽtei, uel cornei, uel eburnei, uel
aenei, quibus strigmenta, & sordes exercitatorum a corporibus ra-
debantur. Aenei strigiles erant, quorum pictura hic ponitur, quiue
olim inter Traiani Imperatoris thermarum ruinas inuenti sunt.


STRIGILES
STRIG. AMMONI. LIBE. F.

Detersi tādē iterū diligētiores aliq valetudinis,aut deliciarū gr̄a unge E
bant,& nōnumq̄ inūcti balnea ingrediebant,sed post egressi denuo vn
gebant mō simplici oleo,mō uarijs odorib⁹ cōdito,mō diapasmate ad
Li.21.c.19 coercēdos sudores,vt scribit Plini⁹,adeo,qđ varia erāt vngēdi tēpora,
interdū post balnea, qđ Homeri tēporibus obseruatū legimus,ut in 3.
Odys.Αὐτὰρ ἐπεὶ λοῦσέν τε, & ἔχρισε λίπ' ἐλαίῳ i.Postq̄ lauit,& pingui oleo
unxit,& li.4.iterūq.17.τοὺς δ' ἐπεὶ δμωαὶ λοῦσαν καὶ χρῖσαν ἐλαίῳ.i.Hos aūt
post q̄ famulae lauerūt,& vnxerūt oleo·īterdū quoq. ante, sicuti refert
Galenus vj.de ualetudine cōseruāda.De Archimede q̄dam apud Sto-
baeū scitu digna legunt:eū.s.abaco incūbētē, & figuras quasdā ducētē
a famulis vi abstractū vngi solitū fuisse,atq. ipsū in corpore ita uncto fi
guras mathematicas saepe designare cōsueuisse.hac ī parte gymnasio-
rū māsisse puto illos ministros, q victus q̄rēdi gratia seruandis vestibus
īseruiētes olearij nūcupabant, quos ēt in balneis Asiae solitos esse phi- E
bet Epiphanius haeres.30.Materia unctionis p exercitādis varia fuit.
Aristotelis tpe,& oleo simplici,& aqua mixto vngebant:Is.n. quinta p-
blematum particula scripsit,iccirco aquā oleo admixtā,qm̄ exercitatis
adhibet,magis lassitudinē tollere,q̄ oleū simplex,qm̄ ita interius pene-
trans exsiccata mēbra humectat,addo ēt ex Hippoc.ii.de diaeta mini-
Li.15.c.4 me huiusmodi vnctiones pmittere,vt corpora plus iuxto incalescāt;au
ctor est Plinius Graecos vitiorū oīum genitores oleū primos in gymna
sia inuexisse , de quo dicebat Anacharsis Scytha esse insaniae pharma
cum,qm̄ eo peruncti athletae insanirent.Butyrum quoq. apud nonnul
las barbaras nationes,quibus deerat fortasse oleum, interdum pro un
Li.11.c.14. gēdis exercitādorum corporibus in vsu fuisse testatū reliquit Plinius;
& li.28.c. & post ipsum Galenus : fuit & aliud mixturae genus posterius inuentū
9.3.de ali ex oleo,puluere,& cera commixtum,quo ungebantur:atq. illud cero- F
meu. fac. ma a Plinio vocatum inuenio, quo iuuentutem Romanā corpora exer
cap.15. cendo uires animorum amisisse dicit:sicut & apud Martialem libro 4.

Seu lentum ceroma teris
Vara nec iniecto ceromate brachia tendis. *& libro V.*
Et castigatum Lydiae ceroma palaestrae. *& lib.VII.*

quanq̄ dubiū nō est,quin apud eūdē Piniū,Senecā,& D. Hieronymū,
& alios ceroma uocatus sit locus ubi ungebant alias alipteriū uocatū.
Scribit itē Plinius oleū in gymnasijs cōdiri odoribus, sed vilissimis cō-
sueuisse.Quae oīa de vnctionibus ante exercitationes adhibitis intel-
ligi debēt:cum post exercitationes, & post balnea īfinita ppe variorū
odoribus cōditorū vnguētorū genera tradant adhibita:q̄ soli lasciuiae
atq. libidini īseruiebāt.atq. hęc a Plutarcho ī Amatorio nobis indica
ta puto,qm̄ scripsit,Solonē vetasse seruis unctiones siccas, atq. puerorū
amo-

A amorē,nō itē mulierū coniugiū,nisi potius unctiones extra balnea factas,seu diapasmata intellexerit.hūc morē oleis odoratis vtēdi apud exteros quoq. viguisse historia ab Athenaeo relata dipnosoph.v.satis testatū facit, ubi scribit Antiochū Epiphanē apud Daphnē consueuisse certaminis die exhibere certantib.Olea odorata,Crocinū, Amaracitū,Telinū,Irinum,& alia quibus ungerentur corpora. Quo fine demū praedictis unctionib. gymnasia adeuntes ungerentur,diuersa abauctorib. tradita inuenio.Hippo.in 3.de diaeta memoriae mādauit terrarū puluerē oleo admisceri solitū, ut suo frigore,& siccitate olei aestum,& humiditatē tēperaret.Alexander in 1. Probl. Prob. 119
volumine scripsit athletas ideo oleo ante exercitationes perūgi cōsueuisse, ut membra emollita labores sine rupturae ullius periculo sustinerent,quam sentētiam secutus est quoq. Lucianus in dialogo,
B περὶ γυμνασίων. Lucanus uidetur sensisse luctatores puluere sese conspergere solitos fuisse,ut corpora fortiora redderentur.De Hercule namque,& Anteo sermonem faciens ait.

Auxilium membris calidas infundit arenas.

Plutarchus in libello de primo frigido huius sententiae fuisse uidetur,quod athletae in unctionibus puluere uterentur tū ad refrigerāda calefacta corpora,tum ad cohibendum sudorē,ne tantopere delassarentur. Ego aūt cum Luciano existimo potissimū usum pulueris exstitisse, ne oleo manus laberentur,sed facilius exercitatores sese comprehendere ualerēt,neue sudore diffluerent, aut uenti corpora aperta ingrederentur. atq. hac de caussa a Martiale puluis ille ἁφὴ uocatus fuit,ut ibi(flauescit aphe)unde si qui aduersarios perūctos, & sine puluere certantes uincebant, maiori gloria digni habebantur,
C qualis fuit apud Plinium Dioxippus, & Dioreus apud Pausaniam, ἀκονιτὶ nomen promeritus. cuius rei mentionem fecit Horatius,ita ad Maecenatem scribens. lib.1.epi.1

Quis circum pagos, & circum compita pugnax.
Magna coronari contemnat olympia, cui spes,
Cui sit conditio dulcis sine puluere palmae?

Ex quo satis mirari nequeo Budaeū,uirū sane doctissimū, q̄ ī suis ad Pādectas adnotationib. hoc nō uiderit,malueritq.ἀκονιτὶ.i. ἀνὺ ἀγῶνος,seu sine certamine simpliciter dictū esse q̄q̄, & hoc quoque non abnuo interdū aliquos esse coronatos sine certamine, uel qđ aduersarius tempore constituto non comparuisset, uel, quod ob robur, & uincendi consuetudinem a cunctis uitaretur, cuiusmodi fuisse complures Pausanias, Diodorus, Heliodorus, atque Suidas commemorant ἀκονιτὶ propterea nominatos. Alij sunt,qui credant oleo

6. de tuē. va. c. vl. exercitatores unctos ad arcēda frigora, & leuandas lassitudines. Galenus sentit oleum tam ad exoluendā pteritā lassitudinem, & futurā mitigandā, quam ad pparandum ad motus conduxisse. quibus cerā additā cum Galeno opinor, quo oleum alioq; fluxile diutius adhaereret. Quae vero post balnea adhibebātur vnctiones, nemo dubitat inseruisse, ne humiditas in balneis acquisita euanesceret, neue reseratis a balnei calore meatibus natiua caliditas exspiraret. quāquā etiā aliqui delicatiores uoluptatis, & lasciuiae gratia odoriferis vnguentis, aut siccis diapasmatis ad cōprimendū immoderatū sudorē, li. 13. c. 2. & li. 21. c. 19. li. 1. ut scribit Plinius, post balneas ungebantur, de quibus Martialis.

Quid quod olet grauius mixtum diapasmate uirus.

Caeterū quo mō ungerenī, nil certo definitū īuenio: est tñ valde ꝓbabile, nōnullos, cū prius seipsos fricasent, manibus ꝓprijs hoc egisse, aut alterum ab altero vicissim vnctum, qđ Lucianus ī Gymnasijs scribit; licet ēt a seruis gymnasticis, atq. reunctoribus vocatis ungerenī. q. & ipsi prius ad maiorē vnctionis penetrationē fricātes tādem vniuersum corpus mō leniter, mō secus pmentes perungebāt, &, ꝓut temporis cōstitutio postulabat, alias tepidum, alias calidum, alias frigidum linimentū applicabāt: atq. haec oīa vt plurimū in Alipterio fiebāt: qui nitro, & aphronitro sese fricabāt, ut meminit Cyprianus Epist. 7. li. 4. ac Martialis li. 14. existimo illud eos agere solitos, vt sordes a corpore melius eluerēt, atq. exsiccarēt, quātū. n. abstergere possit aphronitrū nemo ignorat. Prope qđ erat Conisterium, Polluci κονίςρα uocatum, quinta gymnasij pars, in quo positus puluis conseruabatur, ut possent uncti statim illo conspergi. Ex varijs regionibus in hunc usum pulueres aduectos legimus, sed duo palmam habuerūt, Puteolanus, de quo Sidonius Apollinaris,

Namque Dicarcheae translatus puluis arenae,

& Aegyptius, quē Romā in hunc vsum aduehi solitum refert Sueto li. 35. c. 15 nius in Nerone, quemadodum & Patrobiū Plinius tradit Neronis libertum ex Nilo arenā tenuissimam nō multum a Puteolano puluere distantem ad debellāda corpora palaestrae studijs aduexisse, eandemq. Leonato Cratero, & Meleagro Alexandri Magni ducibus cum reliquis militaribus commercijs portatam. cui forsan haud absimilis illa erat, de qua Ouidius Acheloi pugnā describēs loquitur.

Inq. vicem fuluae tactu flauescit arenae.

Nā, & Martialis Philenim irridēs, qđ Palaestritarum exercitationes iniret, dixit ipsā flauescere hac arena, q̃ aphē ab illo vocari diximus, qm̃ cōtrectationibus exercitatorū inseruiebat. ἁφὴν nāq. tactū significare, nemo nescit. Seneca Epist. 58. a ceromate nos Aphe excepit.

De

A

De Palaestra, & alijs Gymnasij partibus. Cap. IX.

HActenus quinq. Gymnasij partes, quæ et in palaestra graecorũ a Vitruuio descriptae inueniũtur, Philosophorum exhedras, Ephebaeũ, Apodyteriũ, unctuariũ, & conisterium explicauimus: nũc ceteras partim ab eodẽ ꝑtermissas, & ab alijs indicatas, partim ab ipsomet explicatas prosequemur. Erat itaq. sexta pars locus quidã palaestra uocatus, ubi (dicebat Lydus ille Plauti⁹) cursu, luctãdo, hasta, disco, pugilatu, pila, saliẽdo se exercebãt magis, quã scorto, aut fauijs, & ubi scribit Gal. has exercitationes peragi solitas luctã, pugilatũ, appensionẽ manib. ad funes, exercitationẽ, qua stabant pedib. & manib. in pugnũ uinctis, easq. alteri aperiendas porrigebãt, qua põdera manib. attollebant, & ita persistebant, quod genus halteres uocatũ est, schiamachia, & armorũ pugna: Galeno uero assentiens Oribasius Pergamenus fassus est nõ modo has, sed & alias sexcentas fuisse palaestrae exercitationes. Vnde animaduertendũ est, palaestrã apud utriusq. linguae auctores multa significare, primo totũ ipsũ gymnasiũ, ut est uidere penes Vitruuiũ; scd'o, locũ quẽcumq. exercẽdis corporib. idoneũ, quo pacto locutus est Cicero in Epist. tertij li. ad Q. F. prima, & 2. de legibus, dũ uillã suã Arpinatẽ describens, palaestram ibi nominat, necnon Virgilius quincto Aeneidos. In Bacchidibus. 2 de tuc. ual. cap. 9

B

Pars in gramineis exercent membra palaestris,

& Geta apud Terẽtiũ in Phormione, ubi dixit, Eccũ a sua palaestra exit foras. Tertio certã gymnasij partẽ, in qua ex sñia Plauti, Galeni, & Oribasij tot exercitationes factas praediximus, & cuius parietum sordes collectas in panno applicatas furunculos maturare scripserunt Plinius, & Theodorus Priscianus. in qua significatione accepisse Catullum puto, ubi dixit. 6. colle. c. 14.

C

Abero foro, palaestra, stadio, & gymnasijs?
Miser ah miser. & Afranius scribens.
Etiam depellis mihi manum per palaestricos, idest,
Palaestrae usum (ut ait Nonius) callentes.

Quod aũt a Palaestrae muris, statuis, atq; colũnis strigmenta quaedã a puluere, & luctantiũ corporũ contactu ibi factae abraderentur, & in uarios medicinae usus seruarentur, abũde testati sunt Dioscorides, Plini⁹ & Gal. quæ strigmenta quãdoq; a ludorũ magistratib. octingẽtis sestertijs uẽdita fuisse tradit Plini⁹. Inuenio quoq. exercitationẽ ipsã palaestrarũ interdũ palaestrã uocari, sicuti qñq. M. Tull. pro palaestra actiones ordinare, & uenuste factas metaphorice intelligere uis⁹ ẽ auctoritate Lucilij, cui⁹ hic uers⁹ legit apud Porphyrionẽ, *Iudicis Hortensi est ad eam rem nata palaestra.* necnon Plato in Charmide De Berecinthi. a] li. 1. c. 36. li. 5 d fim. med. li. 1. de legibus. li. de claris Orat.

li. nat. histo. 27. c. 4 pro Taurei palaestra locũ significauit, quo uiri docti ad colloquendum disputandumq. conueniebant. Ad haec Plutarchus in secũdo sympos. palaestrã uocatũ scribit locũ, ubi athletae exercerentur, & in quo solũ lucta, & pancratiũ non cursus, non pugilatus agerentur. quẽadmodũ, & Gal. quandoq. palaestrã nuncupauit, ubi athletae solum, & crassitudini corporis studentes exercerẽtur, quo pacto accipiẽdũ reor apud Hipp. quũ in principio primi Epid. narrat tubercula ijs esse oborta, qui in palaestra, & gymnasijs exercebantur. For- D

2. de tue. ual. cap. 9 san autem dubitauit aliquis, an in palaestra hac puluis stratus esset, qm̃ Gal. ipsam a loco, ubi puluis erat, separasse uidetur hisce verbis:
» ἀλλὰ τὰ μὲν τοιαῦτα καὶ χωρὶς παλαίστρας ἢ βαθείας κόνεως δύναται γίγνεσθαι
» καθ' ὁτιοῦν χωρίον ἐπίκροτον ὀρθῶν ἑστώτων. ὅσα δὲ παλαίοντες εἰς ἀλλήλους δρῶ-
» σιν ἀσκοῦντες τὸν τόνον ἤτοι κόνεως βαθείας ἢ παλαίστρας δεῖται. i. Sed & haec absq. palaestra, & alto puluere in quocumq. loco conculcato erectis stantib. fieri possunt: quae uero lucta inter se contendentes agũt robori acquirendo incumbẽtes, vel alto puluere, uel palaestra opus habẽt. Cui ita respõsum uolo, ẽt in palaestra fuisse stratum puluerẽ, sed humilẽ, ac modicum, ita ut duo fuerint loca puluere strata, alterum palaestrae, alterum extra palaestrã: in illo puluis humilis, in hoc altus & copiosus esset: cuius pulueris in utroq. vsus erat, tum ut certantes firmius cõtenderent, neq. pedib. laberentur: tum ẽt ut qui in terrã deijciebantur, minus laederentur: At altus puluis hoc amplius habebat, quod dum hoĩes in illo pedes alte figebant, maiori conatu, ac ui, ad eos tollendos opus habebãt, atq. inde robur maius cõparabant. Quae omnia significauit Lucianus in libello de exercitationibus. de hoc. n. alto puluere locutum puto Galenũ, ubi scribit se ui- E

lib. 11. de usu partiũ & li. d' caussis procatarticis. disse athletas, saepius, ne a puluere suffocarentur, periclitãtes, & ubi Adolescentẽ quẽdam narrat exconcitato motu per loca profunda, & arenosa facto ualde exsiccatum ad gymnasium se cõtulisse: quod ex ijs esset, qui illa exercitatione delectabantur, ac ibi identidem exerceri uellẽt. Quod palaestra quoq. dicta sit ars Oratores in actionibus exercendi, ut probare in suis ad Pãdectas adnotationib. conatur Budaeus, sane non uideo. Septima gymnasij pars fuit sphaeristeriũ, ubi uarię exercitationes, & p̃sertim cũcta pilae exercitia, q̃ plurima exstitisse infra demõstrabim⁹, frequẽtius, q̃ alibi pagebant. Hoc nõ esse coriceũ a Vitruuio descriptũ satis ĩ superiorib. ꝓbauim⁹, & licet ab eo nõ ponatur, in gymnasijs tñ fuisse multis uerbis ostendit Budaeus, quinimmo, & in particularib. gymnasijs, hortisue Sphaeristiriũ una cũ alijs exstructũ fuisse, locupletissimũ testẽ habemus iuniorẽ Pliniũ, qui uillas suas describẽs Laurẽtinũ, & Tuscos, in utrisq. spheristirium ponit, quod plura exercitationis genera, pluresque F

Lib. 2. c. 4.

cir-

A circulos caperet idem & ex eo Pandectarũ loco confirmari potest, li. 2. epist. & 5.
ubi haec Vulpiani uerba leguntur: Cum Aurelius Quinctus hospiti li. 17. c. 16
suo medico mandasse diceretur ut in hortis eius quos Rauẽnae habebat, in quos omnibus annis secedere solebat, sphaeristiriũ & hypocausta & quaedam ipsius ualetudini apta sua impẽsa faceret. Vnde quoq. facile conijcitur in sphaeristirio nedũ pilae ludos, uerum etiam alias exercitationes fieri consueuisse, quãdo & in ipso. Vespasianus fauces, cereraq. membra (ut tradit Suetonius) sibimet ad numerum defricabat. Octaua pars fuerunt uiae illae, quae inter porticus, ac muros, ut ego puto, sitae erant, ab omnibus aedificijs nudae, nec non tota peristylij area quae & ad subministrãdam porticibus, ac cellis lucẽ factae erant, & ad spatiandum, aliasve exercitationes obeundas, quae nec in palaestra, nec in alto puluere, nec in xystis.
B alijsue locis fieri possent. Has locum cõculcatum paullo ante ex Galeno a nobis nominatum fuisse opinor ita uocatas, quod nullis lapidibus, lateribusue stratae, sed rudes & aequato tantum solo forent. In his cursum factũ existimo, atque ad id tum diauli, tum dolichi, a quibus dolichodromi, & diaulodromi formas, atque terminos ibi constitutos, tametsi apud Vitruuiũ nil aliud fuerit diaulos, quam perystiliorũ quadratorum circumitio duobus stadijs definita. In ipsis etiam saltus, & disci exercitationes, quas palaestrae negauit Galenus (ut mea fert sententia) interdum habebantur. Nona pars erant xysti, & xysta, nã vtraq. apud graecos & Latinos nõ parum discriminis obtinent, si quidem xystos hi uocãt porticus tectas ubi athletae
C per hiemem & aestate, tempore luctationibus alieno exercebantur: xysta autem subdiales ambulationes, ubi hieme tempestate leni e porticu prodeuntes, & aestate fere semper exercebantur, ac ambulabant; atque has περιδρομίδας a Graecis nominatas scribit Vitruuius, quae duplices erant, aliae nudae, aliae platanis alijsue arboribus consitae ad praestandũ amoenitatem, atq. illis, qui a sole offendebantur, umbram. de his loquebatur Plinius, dum platanos Athe- lib. 12.
nis in Academiae ambulatione celebratas fuisse scribit: De ijsdem Loco citato.
quoq. Plinius secundus sermonem habuit quando in depingendis In Oecon
Tuscis ac Laurentina uillis suis xystos toties decantat. Nec alium locum intellexit Ischomacus apud Xenophontem, quando ambulationem in xysto factam nominauit, sicuti nec Phaedius apud Platonem, ubi ex Acumeni sententia salubriorum facit ambulationẽ in uijs, quam in cursibus sub hisce uerbis: Τῷ δὲ σῷ καὶ ἐμῷ ἑταίρῳ πειθόμενος Ἀκουμενῷ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦμαι τοὺς περιπάτους. φησὶ γὰρ ἀκοπωτέρους τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, facit. Tuo autem, & meo

Gymnasijs.

socio obtemperans Acumeno, in vijs ambulationes facio, nẽpe quas D
minorem lassitudinem ijs, quae fiunt in cursibus, parere dicit. Id quod si Ficinus recte pensitasset, melius Platonis uerba in nostram linguam transtulisset, sed de hac re plura inferius, quando de exercitationum locis, tractabimus. Easdem ambulationes intellexit Iustinus martyr, cum in principio dialogi sui dixit: περιπατοῦντί μοι ἐν τοῖς τοῦ ξύστου περιπάτοις, hoc est, ambulanti mihi in xysti ambulationibus, quod eius interpres haud exacte percepisse uidetur. Nemora, quae & in thermis publicis deputasse, & in suis iuxta Neronianas diruptis aedificijs Alexandrum Seuerum fecisse scribit Lampridius, nulla alia fuerunt, quam platanones, & xysta Graecorum.

De Balneis gymnasiorum, atque etiam de stadio. Cap. X.

E

DEcima gymnasiorum pars fuit Balneum, quã ob delicias, atq. sanitatem omniũ maxime aestimatam fuisse certum est, quamue cunctis alijs maiorem, & pulchriorẽ exstitisse opinor ego, tum quia (ut Galenus sua tempora deplorat) omnes fere homines quotidie lauabantur, quod tẽpore Hippocratis, & antiquorum fere omnium usq. ad Asclepiadis & Pompei
3. com. dé uic. acu. aetatem, non erat, quando vt scribit Hippocrates, & Galenus nondũ publica balnea, aut priuata accommode aedificata uidebantur, rariq. & raro lauabantur: tum quia multis locis balnea indigebant ꝑ varijs lauandorũ cõmoditatibus, quae necessario spatium maius requirebant, & ob id columnis, ac superbissimis marmoribus exstruebantur. ut interim non omittam quanta priuati uiri usi sint in priuatis balneis aedificandis magnificentia, de qua scriptum est a Sene- F
Epist. 87. ca, quod quisq. pauper sibi uidebatur, ac sordidus, nisi parietes balneorum magnis ac pretiosis orbibus refulsissent, nisi Alexandrina marmora Numidicis crustis distincta fuissent, nisi illis undiq. operosa, & picturae modo uariata circumlitio praetexeretur, nisi uitro conderetur camera, nisi aquam argentea epistomia fudisent. Ne statuarum, & columnarum nihil sustinentium ornamentum sileatur, quod Libertinorum balnea habebãt, ut nil nisi gẽmas calcare uellent.
lib. 6. lib. 1. Sil. Etrusci balneum a Martiale, & Statio elegantissime descriptũ qui lectitarit, non poterit maiorum in exstruendis balneis magnificentiam, atque luxum satis admirari: sed de his satis. Vt autem de gymnasiorũ balneis paullo plenior habeatur cognitio, haec in pręsentia solũ (quando iam Andreas Baccius Elpidanus multae lectionis atq. doctrinae uir post primã horum cõmentariorum editionem

uniuer-

A uniuersā de Balneis materiā absolutissime tractauit) expli cabimus. Primo, qualia essent, & quae loca balneis destinata: Secūdo, quæ vasa, & aeris dispositio, ubi lauabantur: Tertio, cuius gratia lauarentur: Quarto, qui, & quando lauarentur: materiam enim, qua lauabātur, plerumq. aquā dulcem vel pluuia collectā, uel ab aquae ductibus, aut fluminibus, aut aliunde corriuatā omnes sciunt. & quamuis apud Galenum, aliosq. saepenumero de medicatis balneorū aquis mentio fiat, illis tamē aegroti, aut valetudinarij utebantur, nō gymnasia ingredientes, de quibus solis nos loqui intēdimus. nisi immensam Neronis & profusam libidinem in medium adducamus, qui dulcibus nō contentus aquis, marinas teste Lampridio, & Suetonio atque Albulas in suas thermas deduci curauit. Loca balneū uniuersum cōstituentia a Cicerone Balnearia uocata, plurima fuisse repe- li. 3. epist. ad Q. Fra. epist. 1.
B rio, frigidam lauationem siue λοῦτρον, frigidarium, tepidarium, sudationem calidam, & calidā lauationem: Quae uero balneis inseruiebant, fuerunt hypocaustum, aquarium, & vasarium. Haec omnia loca cōcamerata & fornicū modo fabricata fuisse cognoscere posſūt, qui Romanarum thermarū reliquias contemplari uoluerint. Nec quis miretur a nobis hic loca plura balneorum recenseri, quā a Vitruuio descripta inueniantur, quoniam, quae ipse descripsit, a Graecis omnia fere accepit, quando Romani nondum thermarum ea admirāda aedificia exstruere coeperant, in quibus multo Græcis lasciuiores, plura etiam loca disposuerunt. Frigida lauatio, siue λοῦτρον, locus erat, in quo frigidae aquae lauacra, & praesertim piscina, alias baptisterium a Plinio iuniore uocitata, pro natationis usu ab auctoribus citata posita erant, tum ob aestatem quando similis laua-
C tio diligitur, tum ob eos, qui omni tempore illam prosequebantur siue ob ualetudinem, siue ob delicias, qualis Alexander Seuerus, quem rarissime in caldarijs, fere semper in piscinis lauisse scribit Lāpridius. De huius usu plura apud Oribasium ex Galeni sententia uideri possunt in decimo collect. lib. auctor est Lampridius Heliogabalū nunquā in piscinis se lauari passum esse, nisi illae croco, alijsue pretiosis unguentis fuissent infectae. Ab hac aderat frigidarium ob eos fabricatū, qui statim post egressum tepidarij, aut calidarij frigido aere frui optabant: neq. enim ulla ibi aquae uasa reperiebātur, ut possent aestate plures conuenire. non defuerunt qui in hac parte piscinā pro natationis studiosis, de qua copiosius lib. 3. tractabimus, positā fuisse crediderint. At mihi verisimilius videtur eam in frigida lauatione, ubi alia frigida aqua seruabatur, exstitisse, cum in frigidario aquae nullius apud auctores mentio habeatur: In parte fieri

poteſt, ut loturi exſuerentur quoque, tum quia apodyterium communis pro exercitatoribus ſpoliandis locus non parũ diſtabat, adeo ut loturos, ſi ibi ueſtimenta depoſuiſsent, nudos per ephebęum, frigidã lauationẽ, & reliqua loca tranſire neceſsum eſset: tum quia probabile eſt in Ephebaeo homines ſaepius inueniri conſueſſe, a quibus loturos haud quaq. nudos cõſpici honeſtũ erat. ex quo ad haec omnia euitanda facile eſt in frigidario ſeſe exſuiſse, eo magis quod Varro atq. Plinius teſtati ſunt, tam in urbibus quã ruri apodyterium quoq. fuiſſe balnei partem, quemadmodum etiã Galenus atq. Oribaſius ſignificare uiſi ſunt, ubi qua hora iuuenis temperati corporis balneo uti debeat, exponentes gymnaſteriũ temperari debere mãdarũt, quod nullum aliud eſse poteſt, niſi frigidarium ipſum: in quo & ſudores detergebantur. ſiquidem Galenus. x. Methodi libro partes balnei enumerans quatuor ſtatuit, calidarium, calidã lauationẽ, quam λοῦτρον uocat, frigidam lauationem, & quartam, in qua ſudores detergerentur: ſed haec potius coniectura, quam ullo certo iudicio intelligere cõceditur. nec quiſquã hic dubitare debet quum Vitruuius unã partem, Galenus aliã λοῦτρον vocent, quandoquidem nõ eſt rationi diſsentaneum, vtraſq. eo nomine deſignatas eſse, cum in ambabus homines lauarentur. Illud etiã hoc in loco commemorãdum eſt, publicas balneas hanc partẽ admodum uaſtam, & cuiuis peruiã habuiſse, ita ut veſtimenta eorum qui lauabantur, facile ſurripi poſsent, ob quos lege cautũ fuit fures balneorũ grauius eſse plectẽdos quemadmodum praeceteris copioſe docuit Ariſtoteles ſec. xxix. prob. xiiij. quamquam & capſa, reos uocatos in eum cõducere vſum conſueuiſse balneatores atq. alios ſciam ut ueſtimenta, lauãdorum a furibus conſeruarent, quod intellexiſse puto Iuuenalem eo verſu x. Saty.

2. de re ruſt. in pro. 5. epiſt. li. 3. de tu. val. 10. col. cap. 6.

D E F

Quem ſequitur cuſtos anguſte vernula capſae

Et Ouidium lib. iij. de arte amandi.

Cum cuſtode foris tunicam ſeruante puellae.
Certent furtiuos balnea multa iocos

Et Martialem lib. 12.

Lintea ferret apro vacuus cum vernula nuper
Et ſupra togulam luſca ſederet anus

Frigidario adnexum tepidarium duobus hominũ generibus inſeruiebat, tum illis qui, tẽpore aeris aut aquae, uel vtriuſq. ob voluptatẽ, ſiue valetudinem frui volebant, tum illis, qui aut frigida, aut calida lauari quaerebãt; hi etenim ne ab apodyterio ſiue frigidario ad calidarium, & rurſum à balneo calido ad frigidarium, ſeu frigidam

laua-

A lauationem tamquam ab extremo ad extremum prodeuntes horrerent, aliterue offenderentur, tepidario pro medio quodam vtebantur, in quo exeuntes de frigido, seu calido loco tamdiu morabātur, quousq. ad alterum eorum citra noxam recipiēdum sese disposuissent. quamquam etiam fieri potest, ut in priuatis balnearijs tepidarium, & apodyterium idem locus fuerint, ob spatij paenuriam, vel quod ita maior commoditas haberetur. Cicero enim, cum Arpinatem villam, quae iudicio Quincti fratris sui aedificabatur, inuisisset, se asa in alterum apodyterij angulū in balnearijs promouisse scribit. in quo satis aperte demonstrat, apodyterium, & laconicum, siue calidam, assamue, ut ipse & Celsus uocant, sudationem coniuncta fuisse eo prope modo, quo nos tepidarium & laconicum coniuncta interdum fuisse saltem post Vitruuij tempora opinamur, etsi is lib. v. cap. x. huic sententiae omnino adstipulari videatur. Calidarium, quod à Vitruuio, & Celso Laconicum nuncupatum fuit, cella erat nullā aquam intra se continens, ad prouocandum sudorē potissimū instituta, & ob id à nonnullis calida sudatio, sicuti à Cicerone & Cor. Celso asa nuncupata. de qua sermonem faciens Columella, haec contra sui temporis mores scripsit, Mox deinde vt apti veniamus ad ganeas quotidianā cruditatē Laconicis excoquimus, & exucto sudore sitim quaerimus. In hac vapor calidus, seu calor siccus inclusus sudorē prouocabat, haud aliter, ac super Baias myrtetis, vbi tēpore Celsi e terra profusus calidus vapor aedificio inclusus maximos sudores ciebat. cuius Horatius quoq. meminit in Epist. vbi ait.

li. 3. epist. ad Q. F. ep. prima.

Li. 5. c. 14. li. 2. c. 16.

B

li. 3. ad Q. F. epist. 1.

In pro. li. de re rustic.

lib. 1. ad Vallam.

sane myrteta relinqui
Dictaq. cessantes neruis elidere morbos
Sulphura

C

li. 5. c. 10.

Qui apud Vitruuium Tepidarium, & Laconicum idem faciunt, verba ipsius Vitruuij lectitantes facile cognoscent, utraq. ab ipso separari, dum praecipit Laconicum, sudationesq. tepidario coniungi, praeterquam quod manifeste Celsus laconicū vocat, ubi calor siccus eliciebat sudorem. quam condicionem tepidario minime conuenire quiuis intelligere valet. id quod etiam clarissime significauit Martialis, balnea Etrusci describens sub his verbis.

Lib. 6.

Ritus si placeant tibi Laco um,
Contentus potes arido vapore,
Cruda Virgine, Marciaq. mergi.

Scio quoque nonnullos, quod laconicum rotundum, ac ueluti turricula in hemisphaerium camerata foret, idem cum sphaeristirio à nobis superius explicato effecisse. quibus plane asentiri nequeo,

quoniam

quoniam mihi irrationabile videtur, ut in loco calido sudationibus D
aedificato ludũ pilae atq; alias exercitationes, quas in sphaeristirio
v. Epist. li. fieri cõsueuisse tradit Plinius, exercerẽt: fuisset namq. (ut est in prouerbio) camino oleũ addere, si exercitationes per se corpora ualde calefacientes in calidissimis locis egissent. De laconico possunt uerba Iuuenal. intelligi, si uersus ita restituatur. quidquid dixerint alij:

Qui Lacedaemonium proptysmate lubricat orbem:

nam taxat quendã qđ in Laconici solio copiose exspuẽdo efficeret, quo minus in ipso pedes ambulantiũ firmari ualerent. Post Laconicũ sequebatur cella calida labris aquae cõtinendae positis referta. in qua qđ lauarẽtur, calidae lauationis a Vitruuio, & a Galeno λοῦ-
x. Metho. τρον nomen adepta est. hanc puto Archigenem apud Galenũ viij. de cõposit. medicam. sec. loc. vocasse ξυσόν. Erat namq. primaria balnei pars, & proinde a nemine de ipsa quidquã est in cõtrouersia positũ. E
Cur Vitruuius in Balneis gymnasiorum cõstruendis nullã tepidarij mẽtionẽ faciat, cuius, dum priuatorũ balnea doceret, aperte meminit, nõ sum admodũ certus. quoniã si illud sub cõcamerata sudatione intellexit, sequeretur etiã in tepidario sudari cõsueuisse, cũ tamẽ in superiori capite sudationes & tepidariũ distinxerit; si sub calida lauatione tepidariũ ab ipso comprehensum fuisse placeat. qũo ergo calidaria, atq. tepidaria in decimi capitis eiusdẽ libri initio tamquam diuersa fecit? itaq. dicendũ est forte concameratã sudationẽ & laconicum, & calidã lauationẽ cõplecti; tepidarium uero omissum, quia Graecorũ palaestrae id non haberẽt. Quod porro scripsit Pollux libro septimo, ἀλειπτήριον apud Alexim fuisse balneorum partem, nullo modo probare ualeo: cum idẽ alias ipsum inter gymnasiorum partes adnumerauerit. nisi uelimus penes Antiquos βαλανεῖον F
significasse totum gymnasium ipsum. Atque haec sufficiant de publicorum in gymnasijs balneorum partibus. Fuerunt & innumera fere priuatorũ balnea, quae, & aliquibus ex praedictis partibus caruisse, & alias habuisse uerisimile est; sed de huiusmodi non est instituti nostri uerba facere. Quae autem loca non essent intra balneas, sed ipsis tantum inseruirent, primo hypocaustum continebãt, quod secundum Vitruuij descriptionẽ erat fornax seu caminata structura subterranea calidario, calidae lauationi, atque uasario supposita, in qua ad calefaciendũ tum aquã, tũ praedicta loca ignis succendebatur, & ne exstingueretur a seruis fornacatoribus ob id in Pandectis a Papiniano uocatis, frequenter cum pilis, & glomis pice illitis excitabatur, de lignis autẽ in hunc usum adhibitis narrat Plutarchus x. prob. lib. iij. sympos. aediles cauisse, ne ignis balnearum ex olea succende-

A cenderetur neq. in eum conijceretur lolium, quod horum nidores grauedinem capitis, & vertigines lauantibus inuehant praedictarũ pilarum apud Vitruuium lib.v.cap.x.mentio clara habetur,ubi docet solum caldariorum ita sternendum esse inclinatum ad hypocausim,vti pila cum mittatur non possit intro resistere, sed rursus redire ad praefurnium,atq. sic facilius flamma peruagari sub suspensione. De his loquebatur Statius in descriptione balneorum Etrusci. lib. 1.Sil.

Crepantis
Auditura pilas, ubi languidus ignis inerrat
Aedibus, & tenuem voluunt hypocausta uaporem.

Vnde cuiuis manifestum esse potest,in quam graui errore uersentur illi,qui Hypocaustum,& Laconicũ idem fuisse crediderunt. Auctor est Seneca iij.nat.quaest.cap.xxiiij.nec nõ epist.xcĩ. tempestate sua B inuentos esse parietibus impressos tubos, per quos circumfunderetur calor,qui ima simul,& summa foueret aequaliter:illum uero calorem immitti consueuisse ex Hypocausto,& a Iurisconsultis memoriae mandatum est,& ab Ausonio in Mosella sic expressum:

Quid quae sulfurea substructa crepidine fumant
Balnea, feruenti cum Mulciber haustus operto
Voluit anhelatas tectoria per caua flammas,
Inclusum glomerans aestu expirante uaporem.

Horum autẽ tuborum vestigia adhuc quamplurima Romae conspiciuntur in Diocletiani,atq. Caracallae gymnasijs. Ante hypocaustum via quaedã erat propnigeũ, quasi dixeris praefurniũ a Vitruuio uocata.Aquariũ cella erat calidae lauationi,atq. calidario adnexa,in qua alueus magnus aedificatus erat ad continendã aquã ex C aquaeductibus,aut aliunde inuectam, atq. inde in frigidam lauationẽ,& calidã per fistulas corriuandã.Non longe ab hoc situm fuit vasarium,vbi vasa conseruabantur balneorũ seruitijs necessaria,& vbi aqua pro ipsis calefiebat.de hoc ita tradidit Vitruuius:Ahenea vasa lib.5.c.10 supra hypocaustum tria cõposita fuisse,unum calidarium, alterum tepidarium,tertium frigidarium,& ita collocata,uti ex tepidario in calidarium,quãtum aquae calidæ exisset,influeret,de frigidario in tepidarium ad eundẽ modum. De aere balneorum,qui extrinsecus admittebatur,(vt Vitruuius innuit) ea in calidissimo loco auerso a .9.co l Septemtrione & Aquilone sita erant, tum caldaria atque tepidaria Cap.10. ab occidente hiberno lumen habebãt.Quod Oribasium significasse puto, ubi ex Galeni sententia Architectos optimos balneorum domos ad octauam horam versas construxisse scribit. Sin autem natura loci impediuisset,utiq. a meridie,lumen uero ita capiebatur, ut in medio

medio camerae foramẽ latũ relinqueretur, sub quo labrum exstrue D
batur: circa labrũ erãt spatiosi quidã margines, aut porticus, a Vitru
uio scolae uocati, in q̃bus occupato à prioribus lauationis loco reli
Epist. 87. qui circũspectãtes recte stabant, nec suis umbris lucem, q̃ superius ca
lib. 8. sym. piebatur, obscurare poterãt. De aeris porro intra balneum exsistẽtis
prob. 9. statu a Seneca, & Plutarcho auctoribus grauissimis scriptũ reperio,
antiquiores mollibus, ac moderate calidis balneis usos, ita ut Alex.
in lauacro ẽt febriẽs, Galatarũq. mulieres pultis ollas in balnea ferẽ
tes una cũ pueris lauarẽtur, & mãducarẽt; at eorũ tẽpestate maxime
calidas in pretio habitas fuisse, adeo qđ de illis dicere licebat *Huc*

Cocytus, Phlegetonq. fluunt Acheronta petentes.

Quales fortasse Neronianae thermae exstiterunt, de quibus Martia
lis sic scribit libro quincto.

Si temperari balneum cupis feruens
Faustinae, quod uix Iulianus intraret,
Roga, lauetur, Rhetorem Sabineum,
Neronianas is refrigerat thermas.

Nihilominus tẽpore Galeni, qui paullo post Senecam, & Plutarchũ floruit, balnea vsq. adeo calida in vsu nequaquã fuerũt. Quinimmo
Epist. 87. etiam morem illum calidioribus utendi haudquaquã tũc omnibus cõmunem fuisse, sed aliquibus peculiarẽ, pro cõperto habeo: etsi Seneca testatur apud veteres hoc quoq. nobilissimos aediles officio functos esse, intrãdi ea balneorũ loca, quae populum recipiebãt, exigẽdiq. mũditias, & utilẽ ac salubrem tẽperaturã ꝓcurandi: sed tempore suo illud in desuetudinẽ abijsse, ut balnea tũc similia incẽdio forẽt, narrat Plinius lib. 33. c. 9. ut conualescentes balnearũ aestus tolerare possent salẽ linguae subditũ praestitisse. Vasa quibus lauabã- F
tur, alia immobilia, alia mobilia fuerunt: Quae non mouebantur, ex lateribus, & marmore fiebant, alueiq., & labra in calida lauatione, in frigida piscinae & baptisteria nũcupabãtur: adeoq. magna erãt, ut ẽt in ipsis aliquo pacto natare concederetur: atq. horum uestigia adhuc Romae in aliquibus thermarũ ruinis cõspiciuntur: Quae moueri poterant, tametsi in priuatis balneis ut plurimũ fierent; attamẽ in publicis quoq., sed ob priuatorũ forsan usus, exstitisse opinor: & haec diuersas figuras habuerunt alia quadratã, alia quadratã oblõgã; alia rotundiusculam, alia oualẽ, sicuti nunc apparet ex uetustissimis, quae adhuc Romae supersunt. Hic autẽ unã dũtaxat formã damus, a Pyrrho Ligorio ex suis praeclarissimis rerũ antiquarũ monumentis communicatã; quod eam & pulcherrimam, & pro multis rebus intelligendis sagaci lectori accommodatissimam putamus.


STRIGILI
LAVACRVM
OCEANVM VEL
LABRVM
ORCEOLVM
TRVLLA BAL'
NEARIA

Varia eorum porrò materia fuit, alia ex lapide, alia ex marmore, D
Lib. 7. alia ex aere; quorum omnium nomina a Iulio Polluce scriptis mandata leguntur, fuerunt, & qui lignea pro balneis lauacra facere tentarint, qualis Tucca a Martiale sub his versibus derisus.
Lib. 9.

Non silice duro, structili ve caemento,
Nec latere cocto, quo Semiramis longam
Babylona cinxit, Tucca balneum fecit;
Sed strage nemorum, pineaque compage
Vt nauigare Tucca balneo posit.

Tongillum quemdam ex Rhinocerotis cornu labrum fabricasse, crediderunt aliqui, his Iuuenalis versibus adducti.
Sat. 9.

Exitus hic est
Tongilli magno cum Rhinocerote lauari,
Qui solet, & vexat lutulenta balnea turba.

In bello quoq. solitũ portari haec labra ob imbecillorũ cõmoditatẽ, ex Paterculo conijcere licet, qui lib. 2. non longe a fine celebrãs E
Augusti curam erga imbecillos milites inter alia dicit non defuisse optãtibus, & indigentibus balinei instrumentũ. Sed eorũ sñiam admodum probare nequeo, potiusq. credo sub Rhinocerotis nomine nasutũ aliquẽ a maledico poeta notari. Finis, cuius gratia lauabãtur, non unus exstitit. (de sanis loquor, & gymnasiorũ studiosis; nam de aegrotantiũ, & ualetudinariorũ lauationib. sermonẽ haberi nõ postulat locus) Primã balneorũ institutionẽ semper fuisse existimaui, ut quotidianas sordes eluerent, possentq. mundo corpore coenare, qui singulis dieb. lauabantur: antiquitus. n. cum nondũ lineorũ pannorum, qui corpora a sorditie tuentur, usus inuentus: aut saltẽ infrequens esset; magnaq. ex parte corpora nuda ferrent a puluere, & omni alia illuuie cõspurcabantur, atq. idẽ uel saltẽ ter, quaterue in mẽse, uel, si semper mundi coenare gaudebant, singulo quoq. die lauari cogebantur: quod posteriores, qui in gymnasijs ante exercitationes ungebantur, & puluere, ac sudorib. conspurcabantur, ad eluendas sordes factitasse semper, & ob id in ipsis gymnasijs balnearum usum inuectũ rationi consentaneũ est. sicuti namq. primi illi locum, ubi iuuentus Romana exercebatur, Tyberi propinquũ cõstituerũt, ne longius ad deponendas inter exercendum contractas sordes ire F
Lib. 1. de re milit. cogerentur, quẽadmodum scribit Vegetius: ita, postq̃ gymnasia ob exercitationes instituta fuerunt, aequum erat, & balnea ibi ad mundanda corpora construere. Ab hoc autẽ usu etiam semel tantum in die coenandi, & in stratis dũ coenarent accumbendi, ut inferius copiose demonstrabo, consuetudo introducta fuit. Posteriori tempore maiorem hominum partem balneis ob delicias, atque mollitiem

usam

A vsam esse clare constat, & praesertim tepidis quibus exsicatas, & ab exercitationibus, vel sole, vel frigore ardētes corporis partes attemperabant. Nec solũ dulcibus aquis, sed & medicatis ob delicias vsos homines testatur Galenus in principio tertij de medicamentis localibus. Balneis aliquos vti consueuisse, quod non possent, neque ferrent cibos capere nisi loti, auctor est Plutarchus, qui Titum Imperatorē hac de caussa interijsse, ex relationibus eorũ, qui aegrotanti ministrarunt, prodidit. Quod ēt qui inualidum ad concoquendos cibos ventriculũ habebant, eius corroborandi, & cibos conficiendi gratia lauarentur, a Posidonio medico relatum est; vt nō temere Plinius in medicos inuectus sit, quod persuasissent balneis ardentibus cibos in corporibus coqui, a quibus nemo nō minus ualidus exiret, obedientissimi uero efferrentur. Summatim ob quatuor causas balnea in vsu exstitisse scribit Clemens Alexandrinus. ἢ καθαριότητος ἕνεκα ἢ ἀλέας, ἢ ὑγείας ἢ τὸ τελευταῖον ἡδονῆς, siue ob corpora mũdāda, tepefaciēdaue, siue ob sanitatē, siue ob voluptatē. Calidis balneis utebant Maiores ad leuādas lassitudines, necnō ad corpora emolliendas: q̃ ideo ἀνθρωπογναφεῖα vocarunt. Calidis & tepidis ad conciliandum somnũ; Frigida lauabant, & ob voluptatē, & ut robustiores redderētur, calorq. naturalis intro repulsus maior euaderet; ideoq. fere post calidas balineas ea adhibebat. quē vsum primos oĩum Euphorbum Iubae regis, & Antonium Musam Augusti medicos, fratres, mōstrasse refert Plinius lib. xxv. c. vij. Charmis quoq. medicus Massiliensis, damnato calidorum balneorum vsu, hiberno tpe ēt frigida lauari hortabat, atque in lacus aegros mergebat, qua de re extat Senecae adstipulatio, sese psychrolutrē uocātis. pterq̃ qd ēt (vt referunt Plinius, & Agathinus apud Oribasiũ) ad pͦrogādā vitā, multaq. alia pͥstāda, frigidā lauationē cōferre opinati sũt; haec. n. de seipso refert Agathinus. Equidē saepenumero a caena cũ aegre in somnũ delabor, pp aestum, in frigidam descendere cōsueui; & mirabile est quā iucũdam noctem transigam. Qui balneas ingrediebantur publicas, „ ante decimum quartum annum nihil soluisse, testatur Iuuenalis. „

In libr. de tu. va.

Aeti^o li. 6 cap. 10.

Li. 29. c. 1

B

Li. 3. paedag. c. 9.

C

Li. xxviij. ca. 4. li. x. colle. ca. 7.

Nec pueri credunt, n si qui nondum aere lauantur. Sat. 2.

Alij quadrantem balneatori dabant, & ob id balneũ rem quadrantariam uocauit Seneca, de quo Flaccus.

Dum tu quadrante lauatum
Rex ibis. & Iuuenalis. Sat. 6.
Caedere Siluano porcum, quadrante lauari.

Queritur tñ Martialis, quod pluris sibi balnea cōstarent ubi scribit, Lib. 10.

Balnea post decimam lasso, centumque petuntur.

Quadrantes.

Quod forsan uel ob diuturniorem moram, vel alterius rei gratia, & D
ipsi, & aliquibus alijs contingere poterat. Sat est, quadrantem cõe pretium fuisse: quin & Antoninum Pium balneum sine mercede populo cõstituisse, tradit Iulius Capitolinus, & Athenaeus viij. dipnos. scribit apud Phaselitas fuisse legem, ut peregrini carius lauarent, ꝓpterea cum ita uili pretio liceret, nullum genus hominum a publico balneo arcebatur: pueri iuuenes, uiri senes, decrepiti, nobiles, & ignobiles lauabantur: sed prae caeteris, phonaschos, cytharoedos,
3. de cõp. med. s. G. praecones, tragoedos, comoedos, frequentare balnea solitos refert Gal. quod uocem oblaesam, & assiduis vocibus exasperatam aquarum dulcium humectatione curabant, integramq. seruabãt. Hoc similiter uidetur Martialis in his de Menophilo uersibus significasse.

Lib. 7. *Menophili penem tam grandis fibula vestit,* E
Vt sit comoedis omnibus vna satis.
Hunc ego credideram (nam saepe lauamur in uno)
Solicitum voci parcere Flacce suae.
Dum ludit media populo spectante palaestra,
Delapsa est misero fibula, verpus erat.

Qui Menophilus comoedus erat, & sicut caeteri, licet recutitus, infibulatus erat, atque saepe cum Martiale in communi thermarum balneo lauabatur. Mulieres Lacedaemoniorum in balneis gymnasiorum lauari consueuisse perspectum est, & nedum in his, uerum & vna cum viris promiscue: quod tamen non in cunctis euenisse credendum est, quando Hesiodus scriptor antiquissimus balnei muliebris mentionem ibi facit.

In fine. 2. ope. & die. Μηδ᾽ ἐ γυναικείῳ λουτρῷ χρόα φαιδρύνεσθαι. F

ἀνέρα. i. neque in muliebri balneo corpus abluito, vir. Vbi & foeminarũ lauationes etiam antiquitus apud Graecos distinctas fuisse, & uiris eas ingredi ob salubritatem uetitum apparet: quod ꝑter turpitudinem ẽt a corporibus muliebribus, ac menstruis recrementis effluxus quidam exeant, ut Proclus meminit. quibus si uiri inficiantur, tam per aquae cõis, quam per solius aeris ingressum statim eorũ sanitas inquinatur. An apud Romanos primis illis temporibus eadẽ utrumque sexum promiscue lauandi consuetudo fuerit, neque prorsus infitiari, neque affirmare audeo: quoniam ex vna parte grauitati, atque priscae illi educationi Romanae minime cõuenisse uidetur: quando. 5. nec parentibus cum filijs, nec Socero cum genero lauari licuisse tradit Cicero primo offic. lib. ex altera Varronis testimonium mulieres una cum uiris si non eodem lauacro, eodem

saltem

A ſaltem loco etiam antiquitus lauiſſe comprobat,qui libro de analogia ſecundo tradit in balneo coniuncta fuiſſe aedificia bina, unum ubi uiri,alterum vbi mulieres lauarentur:praeterea,C.Gracchus in oratione de promulgatis legibus idem confirmare uidetur, cuius verba apud Gellium ita leguntur: Pudor enim nõ patiebatur vtrũque ſexum ſimul lauari,ſed commoditas coniungi deſiderabat. Niſi dicamus iſta omnia non de publicis balneis, quae tunc uel nulla, uel anguſtiſſima, & viliſſima exſtitere,ſed de priuatis eſſe intelligenda: quemadmodum forſan Vitruuius intellexit, vbi vtriuſque ſexus lauacra coniungenda monſtrauit. uerum enim uero poſterioribus ſaeculis mulieres promiſcuis balneis vſas eſſe, quamplurimarũ probatiſſimorum auctorum teſtimonijs comprobari poteſt, inter quos primo ſeſe offert Iuuenalis,qui diſſolutos Romanarum foeminarum B mores carpens haec ſcribit.

Li. 10. c. 3.

li. c. 5. 1.

Sat. 6.

Grauis occurſu,taeterrima vultu
Balnea nocte ſubit, conchas & caſtra moueri
Nocte iubet, magno gaudet ſudare tumultu,
Cum laſſata graui ceciderunt brachia maſſa
Callidus & criſtae digitos impreſſit Aliptes,
Ac ſummum dominae femur exclamare coegit,

ex quibus neminem eſſe exiſtimo, qui non uideat mulieres tempore Iuuenalis publicas balneas adiuiſſe, ibique & exercendo, & lauando ſine pudore ullo ſe viris immiſcuiſſe.quod ſimiliter eius tempeſtate Martialis confirmauit.

Omnia foemineis quare dilecta cateruis Lib. 11.
Balnea deuitat Blatara? &
Cum te lucerna balneator exſtincta li. 3. in Veſtinam.
C *Admittat inter buſtuarias moechas.*

Clemens Alexandrinus, qui ſub Antonino & Seuero floruit, in eo, quem Paedagogum inſcripſit commentario non modo foeminas communes uiris balneas, atq. publicas in uſu habuiſſe teſtatur, ſed omni pudore depoſito externis quibuſque libidinis gratia ſeſe nudas in ipſis ſpectandas praebuiſse. Quos mores poſtea deteſtans Caecilius Cyprianus haec in libro de uirginum habitu ſcripta reliquit. Quid uero quae promiſcuas balneas adeunt: quae oculis ad libidinem curioſis pudori,ac pudicitiae dicata corpora proſtituũt, " quae cum uiros,ac a uiris nudae uident turpiter, ac uidentur, nonne ipſae illecebram uitijs praeſtant. Cui ſententiae multa etiam ſimillima a D. Hieronymo in Epiſt. ad Laetam de filiae inſtitutione " fuere prodita. His itaque omnibus cuiuis perſpectum eſse poteſt, non pauco tempore eum morem & Romae, & alibi perduraſſe,tu

lib. 3. c. 5.

feminae atque uiri in promiscuis balneis lauarentur: quando etiam D
non desuerunt qui interdum hanc mulierum impuram procacitatem coercere tentarint: qualis fuit Hadrianus princeps, quem scribit Diō Cassius viros discretos a feminis lauari uoluisse: sicut & Marcum Aurelium Antoninum balnea promiscua sustulisse, eademque ab Heliogabalo renouata Alexandrum Seuerum prohibuisse, refert Capitolinus, & Lampridius. Ob quod item aliquando censoria lex lata traditur, ut mulieres a promiscuis balneis abstinerēt, nec commune lauacrum cum uiris libidinis caussa intrarent, sub repudij, & dotis amissionis poena: quod postea in l. fin. titul. de repud. & in authentico de nuptijs pro sancito receptum fuit. Qua ratione fieri potest, ut balneae aliquae muliebres in foeminarum dumtaxat usum fuerint exstructae, quales Agrippinae Augustae Neronis matris: necnon Olympiadis in Saburra, & quas Ampelidem, ac Priscil E
lam trans Tyberim àd euitandum forsan hominum conspectum habuisse refert Victor. Tempus lauandi poenes veteres, quemadmo-
Epist. 87. dum narrat Seneca fuit, quod quotidie brachia, & crura abluebant: toti nundinis solum lauabantur. Caeterum post M. Pompeij aetatem coeperunt singulis diebus toto corpore lauari. Hora uero vsque a temporibus Homeri fere a pluribus obseruata fuit paullo
Li. de tre. rig. & spos. antequam cibus sumeretur. non deerant tamen Galeni tempestate, qui etiā. a cibo nulla ualetudinis habita ratione lauarentur. ob qđ ipse rigorem sine febre uisum tempore suo narrat, quem aetate antiquiorum medicorum, cum rari post cibum lauarentur, non esse uisum scribit. Vt plurimum autem maior pars liberorum hominum prius exercebāt, deinde balnea ingrediebantur, nonnulli sine exer
In lib. de parnae pilae ludo. citationibus lauabantur. Adnotauit Galenus, antiquos post pilae lu F
dum calidis balneis lauari consueuisse: quod similiter ante illum
Lib. 4. innunisse Martialem eo uersu videri potest.

Redde pilam, sonat aes thermarum, ludere pergis?
Virgine vis sola lotus abire domum.

Nam dum hora balnearum appropinquaret, tintinnabulo quodam significabatur, quo pilae lusores, atque alij exercitatores statim accurrerent: alioqui in gelidissima Virgine, quam & tactu iucundissi-
li. 31. c. 3. mam, sicut haustu Marciam, refert Plinius, & sic dictam quod nullis sordibus pollueretur tradit Cassiodorus 7. Var. iam clausis thermis lauabātur. scribit enim Capitolinus, ante Alexandri Seueri tempora numquā thermas ante auroram apertas fuisse, & semper ante solis occasum claudi consueuisse, ipsumq. Imperatorem publicarum thermarum luminibus oleum addidisse, quo & in nocte paterent.

quod

A quod etiã fecisse Lyconem philosophum iuuẽtuti graecae scribit Laertius in eius vita. Non me latet quosdã alijs horis lauisse, sed uel extra gymnasia, uel in gymnasijs gratia alicuius affectionis, aut alterius rei uel consuetudinis, ut scribit Martialis de Fabiano. lib. 5.

Lassus ut in thermas decima, vel serius, hora
Te sequar Aggrippae, cum lauer ipse Titi

Hoc certum est, quod Vitruuius loco citato memoriae mandauit, tempus lauandi maxime a meridiano ad uesperum fuisse constitutum. cum enim semel dumtaxat in die saturarentur Maiores, nullum tempus hoc ipso opportunius habebatur, quod circa octauam diei horam paullo ante coenam erat, ut Martialis testatum reliquit.

Sufficit in noram nitidis octaua palaestris, & Lib. 4.
Octauam poteris seruare, lauabimur vna. Lib. 11.

B Hadrianus Caes. referente Spartiano ante octauam horam neminẽ nisi aegrum lauari voluit, quam horam etiam Iulium Caes. prioribus saeculis seruasse, conijcere possumus ex Epistol. Cicer. ad Atticũ, ubi de Caesare loquens, haec ait: Ille tertijs Saturnalibus apud Philippum ad horam septimam, nec quemquam admisit, rationes „ opinor cum Balbo; inde ambulauit in littore, post horam octauam „ in balneum, tum audiuit de Mamurra, non mutauit; unctus est, ac- „ cubuit, ἐμετικὴν agebat, itaque & edit, & bibit ἀδεῶς, & iucunde. „ Sed an perpetuo illam uitae rationem seruaret Caes. haud clare ex „ eo loco habetur; quando eius solius diei rationem exponit, in qua is secundum multorum consuetudinem uomere destinauerat, atq. ob id ἀδεῶς i. sine timore, & iucunde ederat, biberatque, ut (quod erat medicorum praeceptum) uarij generis potu, ciboque repletus Li. 13. Ep. ultima.

C posset, dum iret dormitum, uomere. ita namque locus ille (ἐμετικὴν agebat) intelligi iudicio meo debet: quod sicuti διαιτητικὴ a Graecis simplici uocabulo dicitur ea medicinae ratio, quae in rebus ad humanum uictum spectantibus sita est, & κενωτικὴ, quae ad exinanitiones pertinet; haud secius ἐμετικὴ, est illa ἀγωγὴ, siue ratio, quae in rebus, & modis uomitum parantibus collocata est. Tot itaque de balneis gymnasiorum, ac priuatis breuiter dicta sufficiant, quorum usus cum apud antiquiores rarior esset, Asclepiades Prusiensis aetate Pompeij orator habitus ex illa arte nullum quaestum trahens, cum ad medicinam se contulisset, in eaque magnam gloriam, & auctoritatem breui comparasset, ob blandimenta, quibus aegros curabat, ob perpetuam sanitatis firmitatem, & quod Romae quendam pro mortuo ad sepulturam elatum miro gentium stupore, ut Cellsus, Plinius, & Appuleius tradiderunt, uiuere cognouerat, Hippo. in lib. de sal. diaeta & ibi Gal. lib. 2. c. 6. 27. na. hist. c. 3. 4. Flor.

eum frequentiorem reddidit. Vndecima, ac omnium postrema in D gymnasijs pars fuit Stadium, ubi populus cum uoluptate athletas certantes: spectabat: nilq. aliud erat, quam hemisphoerium quoddam, multis gradibus constructum, unde poterant commode spectatores, qui semper plurimi eo confluebant, certatores intueri. an autem inter ipsum & xystũ, seu peridromidas murus intercederet; atque inde per ostium ex platanonibus gymnasiorum athletae in arenam stadij prodirent, etsi a Vitruuio nil explicatum habeatur, rationi tamen consentaneum uidetur, uniuersum aedificium, ne cuiuis pateret (quod etiam supracitati Capitolini testimonio comprobari potest) muro conclusum, & propterea a gymnasio stadium muri septo diuisum fuisse. De alijs gymnasio fere necessarijs locis, ueluti lignario, uasario, latrinis, triclinijs, atque eius generis multis non loquor, quod horum in palaestrarum descriptione mentio E non habeatur, ad nostrumque institutum minus pertineat; sicut nec quomodo ambulationes illae substratis carbonibus, atque cloacis proximis exstruerentur. Quae omnia tamquam clara, aut alibi commodius explicata, a Vitruuio in describendis xystis praetermissa puto. Iuxta publicas thermas inuenio exstructas fuisse popinas, quas Isidorus lib. etymolog. xv. cap. ij. tradit huic inseruisse, ut, qui ob exercitationes, aut lauacra essent admodum exinaniti, dissolutiue, haberent, ubi statim refici possent. atque has forsan Plinius intellexit Epist. iij. lib. j. quando post balneum, & triclinia popinarum meminit. Hactenus de antiquorum gymnasijs.

De accubitus in coena antiquorum, & semel dumtaxat in die coenandi consuetudinis origine. Cap. XI. F



QVONIAM balneorum explicatorum occasio iam suadet, nosque supra polliciti sumus de coenandi semel in die, & in coena accumbendi antiquorum consuetudinis origine sermonem habere; & si extra rem nostram videatur, atque a Galeno de accubitu nihil explicatum habeamus: haud praetermittendum est, quin sententiam nostram in medium proponamus, alias eam libentissime mutaturi, siquis meliori iudicio, ac eruditione praeditus, ueriorem aliquam, & magis rationi consentaneam demonstrauerit. Quod etenim maiores nostri mane exiguum quid comederent, quod prandium uocabant, & uespere tantum saturarentur, dum coanare dicebantur, (exceptis ijs, qui coitu usuri erant, quibus a medicis vespere coenare interdictũ fuisse

A fuiſse ſcripſit Ariſtoteles,& exceptis Syracuſanis,quos bis in die ci- 3 partic.
bis impleri,quaſi res noua eſset,tradit Plato) ſatis ab Horatio, Mar- Probl. 32. Epiſt. ad
tiale, Plutarcho, atque Galeno (ne multos alios nominem) com- Dionem.
probatum eſt: ſed de his fuſius & melius in uarijs lectionibus noſtris tractatum eſt quod ſimiliter fere omnes dum coenabant in ſtratis accumberent, praeter lapides Romanos id clare oſtendentes, doctiſſimus Philander in ſuis in Vitruuium commentarijs auctorum antiquorum teſtimonijs clarum fecit, vt id amplius demonſtrandi laborem mihi omnem dempſerit. Ceterum vnde nam hae duae conſuetudines principium acceperint & quomodo vere accumberent, nemo, quem ego viderim, ſiue ex antiquis, ſiue ex recentioribus, ita appoſite & diligenter declarauit, quin poſteris dubitandi, & plura deſiderandi occaſionem reliquerit. Quod an ob rei obſcu-
B ritatem,an ob neglectum euenerit,ignoro. Ego ſane utraſque illas, & accubitus ſcilicet,& unius in die coenae cõſuetudines a balneorum uſu manaſse exiſtimo.& primo ut ita de accubitu ſentiam, pluribus, ijſque non ſpernẽdis coniecturis adducor, quarum prima eſt, quod Homeri tempore, quando non adeo frequenter balneis vtebantur, coenaturi ſedebant,vt in conuiuio Procorum apparet.

ἐσδ' ἤλθον μνηστῆρες ἀγήνορες. οἱ μὲν ἔπειτα 1. Odyſſ.
ἑξείης ἕζοντο κατὰ κλισμούς τε θρόνους τε: id eſt,

At proci ingreſſi ſunt, qui mox inde ſuperbi
Ordine ſederunt ſcamnis, & ordine thronis

& ubi Telemachus,eiuſque ſocius a Menelao hoſpitio accepti poſt lotionem coenant ſedentes.

ἐς ῥα θρόνους ἕζοντο παρ' Ἀτρείδην Μενέλαον: id eſt,

C

Thronis ſedebant prope Atridem Menelaum,

ſicque tempore maioris Scipionis, ac Plauti creſcente paullatim balneorum uſu, una quoq. huiuſcemodi accubitus incrementum,
praeſertim apud Romanos cepit; neque tamen multum, quando 20. Etym.
ſcilicet uiri tantum,& non mulieres, ut Vitruuius, Valerius Max. & .. dip.noſ.
Iſidorus ex Varrone teſtati ſunt, accumbebant, nec cum ipſis lauabantur, & ſi Tyrrhenos una cum mulieribus ὑπὸ τῷ αὐτῷ ἱματίῳ accubuiſse legatur apud Athenaeum. Nam & Ariſtotelis tempore Graecos diſcubuiſse in publicis coenis credi poteſt ex eius in 7.Politic. ſcriptis, ubi puerorum inſtitutionem tradens Iunioribus praecepit, ne tragoedias, aut iambos audirent, priuſquam in comeſationibus cum alijs diſcumbere (κατακλίσεως uoce utitur) ualerent: a Pompeij uero Magni aetate uſque ad Galeni,

Gymnaſtica. D 3 atque

atque etiam Constantini Imperatoris tēpora, cum in frequētissimo D usu balnea essent, non solum penes diuites, atq. nobiles, uerum etiā quoscunque alios, tunc omnes fere, atque etiam mulieres caenātes simul accumbebant, sicuti hisce uersibus innuit Ouidius.

2. de arte amandi.

Ergo vbi contigerint positi tibi munera Bacchi,
Atque erit in socij faemina parte thori. &,

lib. 1. amorum.

Cum premet ille thorum, vultu comes ipsa modesto
Ibis, vt accumbas.

Eleg. 4. lib. 2. c. 2.

& sicuti Valerius idē de aetate sua scribit. Quamquā apud Graecos numquā mulieres accubuisse iij. Verr. tradit Cicero, & apud Romanos diuerso situ mulieres a viris accūbentes caenasse rationi cōsentaneum est: non solum, quod honestatis, atq. dignitatis utriusq. ratio ita postulasse videtur, sed quia in Romanis lapidibus, in quibus E mulieres cū viris accūbentes repraesentantur, illae certe figura quadam ab ipsis aliquo pacto diuersa, quasiq. sedētes, & nulli alteri rei cubitis innixae accūbentes, & edentes cōspiciuntur. At quo pacto uiri accūberēt, operae preciū me facturū auguror, si postquā locus inuitat, breuiter explicuero. Viros. n. scribit Plutarchus, in principio caenae cubito sinistro innixos pectoribus (ita interpretor πλατεῖς) mensam, vt plurimū tetigisse. quo sola dextera manu illam circumire posent, in fine vero se ipsos in latus ita, vt acutā corporis figurā redderent, vertisse. οὐ κατ᾽ ἐπίπεδον, ἀλλὰ κατὰ γραμμὴν τῆς χώρας ἁπτομένους. i. non secundum latitudinem, sed longitudinem locum tangentes. Quam etiam rem Alexander ille, siue sit Aphrodisiensis, siue Trallianus, ut magis suspicor) libro problem. primo probl. 82. clariorem facit: vbi inter alias causas, ob quas veteres in principio F caenae arctius accumbebant, hanc esse vnam putat, quod tunc ἐπὶ τὸν θώρακα καὶ τὰ πλάτη τοῦ σώματος disponebantur: satiati verò ἐπὶ τὰ πλάγια uertebantur. ita, quod ubi edebant, capite erecto ac humeris, spina vero dorsi modice reflexa, ac reliquo corpore resupine locato, & iacente manebant. dum autem multa loqui volebant in latera versus auditores vertebantur, ob quod Iuuenalis.

5. Sympt. Probl. 6.

Nam plurima dixit

Saty 4.

In laeuam conuersus, at illi dextra iacebat
Bellua; sic pugnas Cilicis laudabat, & ictus
Et paegma, & pueros inde ad velaria raptos.

saturati pariter interdum vnū in latus, nōnumquā supra dorsum supini, saepe more sedentiū sese cōponebant. Sertoriū enim cum molestas importunorū cōuiuarum rixas, & fraudulenta conuicia auersaretur, mutata discumbendi forma sese supinū locasse, atq. inde facilius

A cilius ab iniquissimis, qui in eum coniurauerant, conuiuis trucidatum esse in ipsius uita narrat Plutarchus. Quod accubitus in mensis apud veteres hunc in modū fieret, praeter allata scriptorū testimonia locupletissimā fidē unicuiq. facere possunt duae, quas infra ponendas curauimus, picturae, quarū alteram ad tripodē coenātium, ut plerumq. solebāt, Ligorius maximae auctoritatis antiquarius ex vetustis monumentis cōmunicauit, alteram ex antiquissimo, & omnium rarissimo marmore, quod in Paulli Rhamnusij viri optimi, ac bonarum litterarum, omniumq. pulcherrimarū rerū studiosissimi, luculentis aedibus Patauij cōspicitur, accurate, & fideliter repraesentari fecimus. Ex hac namq. postrema, nō modo sententia nostra, de vera accubitus forma, quam primi forsan omnium Romae Octauio Pantagatho, Onuphrio Panuino, alijsq. grauissimis viris, & postremo Patauij Ligorio, absque marmoris vllius testimonio, ac sola
B cōiectura ꝓposuimus, librorumq. auctoritatibus tutati sumus, apertissime confirmatur, quaeque fuerint veterum triclinia perspicuo cognoscitur, immo vero Lambini, ac aliorum qui ex ingenijs accubitum varijs modis describere aggressi sunt, opiniones refelluntur, simul plura scriptorū obscura, & praeclara loca illustrantur, ut non immerito debeant cuncti bonarū artiū, & antiquitatis amatores in primis doctissimi uiri Io. Baptistae, qui lapidē cōparauit, Manibus; tum Paullo Rhamnusio filio, qui eum egregie custodiuit, & nobis indicauit, immortales gratias agere. Etenim ei qd' Plutarchus de lo- 1.ď symp. probl. 3.
co cōsulari, nec nō de tribus tricliniorū lectis disseruit, iam non obscurū est, quam mirifice quadret proposita triclinij Rhamnusiani figura. Similiter, & q̄ ab Horatio de conuiuarū situ varijs in locis nar-
C rantur, nō aliunde melius intelligi possunt, ꝑsertim quando scribit.

Saepe tribus lectis videas coenare quaternos : Lib. 1. Sat. 4.
E quibus vnus auet, quauis aspergere cunctos
Praeter eum, qui praebet aquam.

Quem locū dum Lambinus exponeret, cur antiquos cōsueuisse in quolibet lecto magna ex parte quaternos caenare palā asseruerit, sane miror, quasi non sit cuiq. perspectissimum, vt narrat Varro. leges exstitisse quae numerum conuiuarum nouē excedere, nec pauciores tribus esse vetabant, sicut & adagium illud vulgatissimum, septem conuiuiū, nouē conuicium, attestatur. Quinimmo Iulius Capitolinus refert L. Verum Imperatorē praeter exempla maiorum, cum duodecim solemni conuiuio primum accubuisse, ita vt prioribus saeculis potius ternos, atque pauciores adhuc singulo lecto conuiuas discumbere solitos fuisse conuincatur: nisi epula publica, &

5. Symp. 5. nuptiales caenas excipiamus,in quas cũ magna hominũ copia conueniret,nequaquã accumbentiũ numerus seruari poterat,vt ex Plutarcho, ac Rhamnusiano lapide colligitur,quo vel epulũ publicũ, vel nuptialẽ coenam repraesentari non est dubitandum, ut ob hoc Chaerephon apud Athenaeũ in vj. videatur admittere cõuiuas triginta duntaxat in nuptijs, in quibus verisimile est necessarium fuisse uocatorem illum,cuius meminit Seneca lib. iij. de ira cap. xxxvij. & qui secundum cuiusque dignitatem conuiuas ad loca debita vocabat. Quod autem Turnebus, & Lambinus idem de puero aquam praebente sunt interpretati, equidem non improbo.at forsan nec absurdum fuerit,si Flacci verba de eo puero exponãtur, quem tam omnes fere mensarum sculpturae antiquae, quam poetarũ testimonia conuiuijs semper frigidam,& calidã praebuisse ostendunt,quẽque cunctos, ne ab ipso male tractarentur, reueritos esse, & a quo mordendo abstinuisse verisimile fit. Iam vero Maria Magdalena ut stans retro pedes Christi coenantis lauerit, atq. Ioannes supra eiusdem Christi pectus recubuerit,ex hac eadem Rhamnusiani triclinij figura,secus quam pictores antiquarum rerũ ignari faciãt, & quam Gaietanus Cardinalis inutiliter commentatus est,facile cõijcitur, etenim hebraeos,ac Christum accumbendi Romanorum consuetudinem obseruasse praeter Architriclini accubitusq. nomen in Euãgelijs saepe vsurpatũ etiam id testari potest, quod iudaei freqũeter Romae conuersarentur,similiterq. Romani in Iudaea,ac in vsu positum sit vt populi principum mores frequenter aemulentur,neque pariter, arduum est percipere quid Martialis significare hoc disticho uoluerit.

Lib. 5. *Omnia cum retro pueris obsonia tradas,*
Cur non mensa tibi ponitur a pedibus?

Siquidem coenantibus alte iacentibus spacia retro relinquebãtur in quibus seruis uaria ministrantibus multa offerre, & ablata recipere facile erat,seruos namque ad pedes caenantium stare ac ob id à pedibus, vel ad pedes vocari solitos ex multorum scriptis intelligere licet.Seneca lib.iij.de beneficijs. Seruus q. coenanti ad pedes ,, steterat,narrat,quod inter coenam ebrius dixisset.Martialis. Mixto ,, lagaenã ad pedes replet uino.Suetonius in Galba.c. 22.Inter coe- ,, nam vero vsq. eo abundantem, vt congestas super manus reliquias circumferri iuberes,spargiq. ad pedes stantibus.Theophrastus in Characteribus hunc morem dandi ex mensa seruis à pedibus tribuit impudenti,de quo etia Athenaeus initio libri quarti.Lucianus in lapithis,&. Lucilius secundo epigramm. graec. tit. in gluttones.

Sed

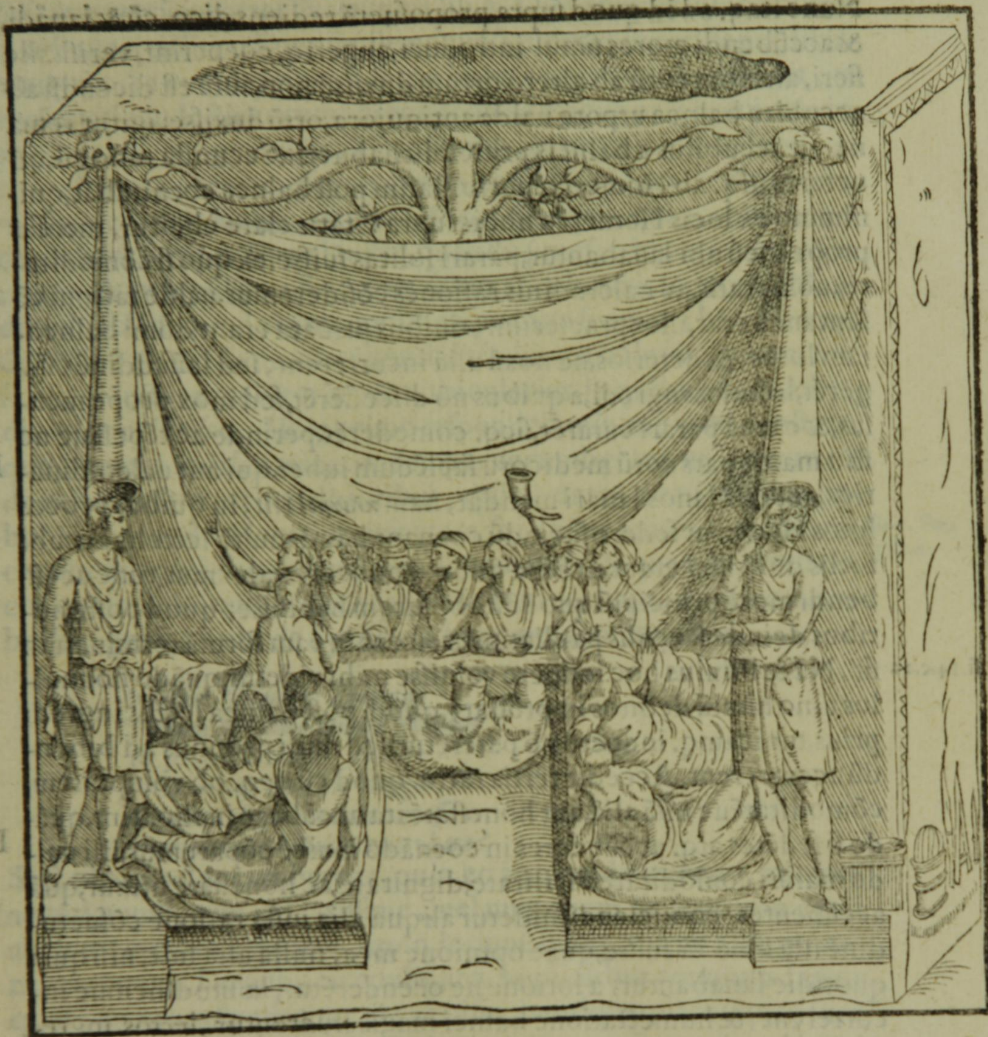
A Sed praeter alia mox dicta, triclinium hocce tria non adeo vulgata monstrat nobis. Vnum est, quod memoriae prodidit Varro. scilicet quo tempore vsus camerae ignorabatur, vela ad excipiendum puluerem ne super mensas spargeretur, atque dapes simul conspurcaret, & conuiuas, solita in triclinijs suspendi atq. ab Horatio aulaea uocata, his carminibus designari.

Interea suspensa graues aulaea ruinas
In patinam fecere trahentia pulueris atri
Quantum non Aquilo campanis excitat agris.

quem morem hodie Principes, & Monarchas seruare compertum est: apud quos, mensas sub quibusdam veluti tentorijs sericeis parari saepe videmus. Alterum est, quod in varijs nostris lectionibus docuimus, priscis illis temporibus priusquam coronae ex floribus, her
B bis, & auro in vsum uenirent, coenaturos, cum ad dolores capitis ex cibo & potu auerruncandos, tum ad ebrietatem compescendam, laneis, aut lineis uinculis tempora & frontem vincire solitos. quod minime puto absque ratione fuisse excogitatum, cum uenae, arteriae, caeterique capitis meatus, quo magis coacti, atque adstricti sunt, eo minus vapores a vino, & cibis sursum elatos, simulque molestias uarias inducentes recipiant. Tertium est, id quod luculentissime Athenaeus tractauit, apud quem scriptum & probatū inuenitur, priscos illos primum cornibus boum potasse, indeque κεράσαι, id est temperare vinum aqua ἀπό τῶν κεράτων id est, a cornibus uocatum esse: tum cornua illa non solum auro, & argento ornata, verum etiam argentea, & aurea esse facta, illisque conuiuas sibiipsis mutuo propinare consueuisse: ut ex his omnibus iure colligendum uideatur, la-
C pidem Rhamnusianum esse vetustissimum, in quo & aulaea, & conuiuarum cinctae laneis, seu lineis vinculis frontes, & cornu facta propinatio clarissime repraesentantur, una cum alijs instrumentis nonnullis in dextro margine expresis, quae alijs, in antiquitate explicanda magis uersatis, relinquo declaranda; quos etiam monitos cupio, ne si quae discumbentium, & mensarum figurae in hoc ipso triclinio minus integrae conspiciuntur, vlla admiratione capiantur, quoniam vt est hodie marmor ipsum vetustate corrosum, & pene deletum, repraesentare satius duximus, quam addentes aut dementes quicquam, fidem nostram suspectam reddere.

Dipnoso. phistō. 11.


ACCVBITVS



MARMOREVM TRICLINIVM VETVSTISSIMVM Patauij, in Aedibus Rhamnusianis, post Curiam Vrbis Praefecti, in vico Patriarchae, ad Diui Petri.

Nunc itaq. ad id quod supra proposuerã rediens dico, cũ & lauãdi, D
& accũbendi mores simul introduci, augeriq. coeperint, verisimile
fieri, alterum eorũ ab altero ortum duxisse: non autẽ est dicendũ ab
accubitu balnea utpote ualde antiquiora, ortũ duxisse: igitur rema
net, ut accubitus a balneis principiũ habuerit. Secunda ratio est, qđ
ueteres usq. ab Homeri tẽporib. statim post balnea coenitabãt, qui-
nimmo ex locis Homeri a nobis supra citatis clare elicitur, mensas
prope locũ ubi lauabantur, parari solitas fuisse. ex quo si cõmodita-
tis, uoluptatis, ac ualetudinis rationes cõsideremus, ualde rationi cõ
sentaneũ erat, illos praesertim, quibus priuata erant domi balnea,
iam lotos, & detersos, ne noxã ullã incurrerent, sed lassitudinẽ effu-
gerẽt, lectulos ingredi, a quibus nõ discederẽt, sed mox prope men-
sas, & caenã parari curarẽt, sicq. comederẽt, perinde ac tẽpestate no
stra maior pars eorũ medicorũ faciẽdum iubet, qui aut ualetudina- E
rios, aut etiã sanos lauari mandat, nam κλισμοί illi, in quibus procos
lotos Homerus sedere facit, dũ coenant, haud multũ lectulis accubi
torijs dissimiles erant, ut hinc quoq. conijcere valeamus, tunc accũ-
bendi morẽ principiũ quoddã obscurum habuisse; quod posterio-
ribus deinde saeculis paullatim crescens in eam formã terminatum
Li. 14. c. 22 sit. Nã & Plinius hoc innuere voluisse mihi videtur, quãdo nonnul-
los uino nimiũ deditos improbat, quod post balnea lectos ingredi
prius, tunicamq. induere nõ paterẽtur; sed nudi protinus ad biben-
dũ accurrerent. Accedit tertia ratio, quod cũ neq. ob voluptatem,
cõmoditatẽue ullã aliã, aut honestatẽ ita accũbere inchoarint, quã-
do si sedẽtes, atq. accũbentes in coenãdo inuicẽ cõparemus, illi ual- F
de maiori cõmoditate, facilitate, dignitate, ac honestate utũtur, quã
accũbentes: conijciendũ uidetur aliqua alia iusta ratione cõsuetu-
dinẽ illã inuectã fuisse, quae opinione mea, nulla alia fuit, nisi quia
quotidie lauabantur; a lotione ne offenderẽtur, lassitudinemue in-
currerent, & humectatione balnei magis fruerentur, lectos ingre-
diebantur, atque ibi uel lacerna alias ueste nuptiali uocata induti,
uel nudi, ut in marmorib. aliquibus ostẽduntur, mensas sibi ipsis ap-
parari iubebant. Ex quo paullatim huiuscemodi cõsuetudine cre-
scente factum fuit, ut non modo semper mensae, & lecti simul pararẽ
tur, uerũ ẽt magnum dedecus foret, si quis coenans non accubuisset,
ut ex hisce Plauti in sticho uerbis colligitur, potius in subsellio Cy-
nice accipiemur, q̃ in lectis, & ut Martialis significauit, ubi Syriscũ
damnat, ꝙ in popinis sellularijs nõ accumbens coenaret. Excipio ta
men in bello uersantes vbi non est verisimile ullos accumbere po-
tuisse, cum ẽt Augustum inter alios coenantem sedere solitum se ui-
disse

A disse in exercitu narret Paterculus lib. 2. Quod si quis snĩae nostrae id refragari uelit, qđ uerisimile nequaq̃. uidetur in epulis publicis, in nuptijs, in coenis priuatis, semꝑ balnea ante coenã adhibita, vt eorũ gratia in lectis accumberent; & quod magna pars hominum in publicis balneis gymnasiorũ lauabantur; in priuatis uero domibus coenabant; unde necesse erat exeuntes ab ipsis indui, & praeterea minime credendũ esse, artifices, & oẽs denique, qui accumbendo coenabant, semper antea lauisse, quando praesertim, ex Plauto, Terentio, & ex lapidibus Romanis scitur accubituris soccos & soleas detrahi solitũ. quod argumentum est, eos non semper a balneis tunc discessisse, & quãdo similiter constat triclinia a balneis separata fuisse, atque lectos accubitorios, & cubicularios, in quibus dormiebãt, diuersos exstitisse. Huic primo respondeo, minime mihi constare,
B quod omnes indiscriminatim semper accumberent, uti certum est de nobilioribus, atque ditioribus, qui priuatas domi balneas habebant, quando Horatius priuatam sui ipsius uiuendi rationem exponens, accubitus nullam mentionem fecit, & quando Martialis eos, qui in sellularijs uocatis tabernis comedebant, minime accubuisse significat, ubi de Syrisco in hunc modum loquitur, lib. 1. Ser. epist. 6.

Infusum sibi nuper a patrono
Plenum Maxime centies Syriscus
In sellariolis vagus popinis
Circa balnea quatuor peregit.
O quanta est gula centies comesse.
Quanto maior adhuc nec accubare?

Sed esto quod accumberent, quin etiã omnes lauarentur, minime
C negari potest, cum uel rarissime, uel numquam de accubitu apud auctores mentio habeatur, quin lotionẽ quoq. aliquo pacto nominari appareat. De publicis epulis, atq. nuptialibus conuiuijs, fateor quidẽ omnes in stratis tunc accubuisse: haudquaquam tamen iure quis infitiabitur, quod etiã quilibet ante separatim, aut simul in priuatis, aut publicis balneis non lauaretur: immo uerisimile fit, accessuros ad publica, uel priuata amicorũ cõuiuia prius se lauisse, ne sordibus in die necessitate quadã contractis infecti, ceteros mundiores perturbarẽt, & propterea ipsis numquam non stratos fuisse lectos, iam uero soleas, & soccos accubituris detrahẽdi mos certũ argumẽtum est prius sese lauare consueuisse, an ne inter eundum a balneis ad lectos pedes conspurcarentur, ijs tegere cõsueuisse, dumque accumberent semper detraxisse, ac forte Apostolos lotos, dum ad cubitum cum Christo irent neque soleas, neque soccos quibus minime

me utebantur habuisse propterea audiuisse a Christo sese quidem D
lotos fuisse, sed ut pedes lauarentur indiguisse. Addo huic nequaquam me sentire posterioribus saeculis omnes propterea accubuisse caenãtes, quia statim e balneis exirẽt, sed existimo accubitus originẽ inde emanasse, quoniam antiquiores balneis egredientes ad iam contractam, aut futuram lassitudinẽ uitandam post modicum tẽporis interuallũ lectos intrarent, atq. ibi modo nudi, modo lacernis, alijsue in id paratis uestibus induti caenarẽt, atq. inde mox aucta balneorum cõsuetudine vsq. adeo accumbẽdi morem creuisse, ut nobiliores in delicijs maximis eum habẽtes, lectos nunc marmoreos, nunc argenteos (quod de Heliogabalo ferunt) in id separatim exstrui curarint, neq. in ijs, in quibus tamen quã plures, (ut de Lucio Vero Imperatore tradit Capitolinus, & p̃sertim pauperes dormire consueuisse puto) sed in cubicularijs uocatis dormire uoluerint. quẽ morem accumbendi postea uiliores, & pauperes ad ditiorum imitationẽ, tam a balneis quã illoti, ita frequentissimum effe- E
lib. 11. de re rust. c. 1 cerũt, ut Columella praecipere coactus sit, ne uillicus nisi sacris diebus accũbens coenaret; in qua re nõ secus cõtigit, ac euenisse cõspicitur in balneis, atq. plurimis alijs rebus, quae in honestum usum, & quasi necessitate quadã primũ repertae, deinceps ad luxũ, lasciuiã, uoluptatẽ, aliosq. usus traductae fuerunt. Quis est, qui nesciat ueteres in cõuiuijs oẽs prope excogitasse uoluptates, nihilq. reliquisse, quod ad deliniendos animos faceret: sic enim sermones cõuiuales ad animi intelligentias afficiendas magno studio inuenerũt, ad auditum oblectandũ musicae uaria genera adhibuerũt, unguẽta pre-
3. Symp. Prob. 1. tiosissima odoratui dicarunt, sicut, & coronas ex folijs, floribusque
6. d̃ simp. c. de anetho. cõtextas, quas modo manibus, modo collo, modo capite ut lapides F
Romani, Plutarchus, Galenus, & Clemens Alex. testantur, tenebãt;
2. Paeda. cap. 8. quo fragrãtia, & colore naribus, atq. oculis arriderent, somnũ conciliarent, ebrietatẽ uitarent. quantũ porrò cibis, & potibus delicatissimis cõquirendis studiũ adhibuerint, non modo fidẽ faciunt sex-
li. 7. c. 15. decim illa eduliorum genera, ut ex Varrone refert Gellius, a longinquis regionibus Romã aduecta, atq. alia quamplurima a Iulio Polluce nominatas, uerũ etiã multa, & prope innumera Auctorum de re coquinaria cõmentaria ab Athenaeo citata. De antiquorũ in die semel tantũ sese cibis implendi cõsuetudine, eius etiã opinionis sum, ut cũ ad emundanda corpora quotidie ante cibos, ut superiori capite diximus, ueteres lauari cogerentur, & a lotione lectos ingrederentur, uix semel comedendi in die otiũ ipsis suppeteret: quoniã si priuata cuiusq. negotia spectemus, si & exercitationũ, & balneorum,

A rum,accubitusq. apparatum cōsideremus, magna tēporis pars ipsis insumitur, ut si bis in die saturari uoluisent, aut negocia omittere, aut balnea interdum uentre pleno adire, aliosq. multos errores, & in ualetudine,& in alia uitae ratione committere fuisent coacti. Comedendi uero horam,& modum balneorum tempore, atq. commoditate metiri institutum fuisse possumus a Galeno intelligere, 6.de san.va. qui si interdum ob aegrotantium inspectiones tardius se lauandum dubitabat,panem mane sumebat,quo ceanae tempori sufficere ualeret,quādo alij simili de causa,panem,uinum,oliuas, aut quid aliud capiebant,uti non modo Galenus falsus est,sed etiam Horatius,vbi de se scribit.

Pransus non auide, quantum interpellet inani
Ventre diem durare.

B Quod porrò vespertinam horam caenae dedicarint,in causa fuisse praecipue uitae commoditatem existimo;siquidem difficile fuisset post exercitationes,balnea, & cibum,agēdis rebus operam nauare; praeterea cum accumbentes caenarent,alij statim somno capiebantur, alij modico temporis spatio uigilantes dormitum ibant:ex quo ad haec omnia nulla opportunior hora quam uespertina inueniebatur, quamquam etiam nonnullos, & praesertim medicos in hoc ualetudinis quoque rationem spectasse opinor, quando in nocte melius, quam interdiu, cibi conficiuntur, tuncque perspicuum est plus edendum,quando plus coquitur. Haec sunt quae de accubitus,& caenae antiquorum origine mihi παρέργως dicenda uolui.





A quē corpori affectum parerent hi,noſcebat. Aderant ſerui fricandis corporibus deſtinati,qui ad praeſcriptum gymnaſtae,aut paedotribae,modo nudis manibus,modo vnctis, modo cum linteis alias duris,alias mollibus,alias aſperis,alias mediocribus,uario, ac diuerſo modo,prout opus erat,corpora fricabant. Poſt hos erant & reunctores ita a Plinio,ac Celſo nuncupati,quod corpora iā exercitata vngerent,reungerentue.hos,fuere qui crediderint,a Paulo Aegineta ἰατρολείπτας vocatos:ſed decepti ſunt, cum alium fuiſſe ab his ἰατρολείπτην oſtenderimus. Mediaſtini quoque gymnaſijs miniſtrabant pauiméta euerrentes,necnon multa alia pro ſeruitijs gymnaſiorum obeuntes. Pyrrhus Ligorius inter alia antiquitatis eius praeclariſſima monuméta hanc inſcriptioné hēt,in qua Mediaſtinorū fit métio. li. 3. c. 45.

DIIS. MANIBVS. S.
B TITO. FLAVIO. OLENO
SERVO. ET. PROCVRAT
BALNEI. T. FLAVI AVG
VCT. MEDIASTINO
VIX. ANN. XC. MEN
VII D. VIIII.
T. FLAVIVS. T. L.
POLYMNESTVS
MEDIASTINVS
AVG. N. FAC. CVR

Aderant ſerui balneares,lotos in balneis primo cum ſpongijs, modo purpura tinctis,vt refert Plinius,modo candefactis, deinde cum C linteis exſiccantes.hos quoque arbitror ego conſueuiſſe ſtrigilibus corpora exercitatorum diſtringere, atque a ſtrigmentis depurare. Aderant pilicrepi, qui ſphaeris pice oblitis curabant,ne ignis balneorum exſtingueretur. quidquid alij dicant,qui pro pilicrepis luſores pilae, vtpote obſtrepentes intelligendos putant,male ſententias Martialis & Statij,de quibus nos locis ſuis loquemur,interpretantes. Alipili,qui(ut refert Seneca)ad vellendos ab aliquibus corporis partibus, & praeſertim alis pilos adhibebantur: niſi uelimus, vt docti uiri cenſuerunt,pedicrepos,& alipedos apud Senecam legere,quaſi in gymnaſijs eſſent, qui a pediculis homines purgarent, & inter occidendum ipſos magna voce ſingulos enumerarent,ita vt Seneca ab huiuſcemodi vocibus offenderetur.quorum tamē ſententiā non probo,quod Iuuenalis certo teſtatū faciat,fuiſſe in thermis, qui ab alis pilos auellerent, ubi ſeruos ſuos deſcribens Perſico ait: Epiſt. 57

Nec pugillares defert in balnea raucus
Teſticulos,nec vellendas iam praebuit alas. Sat. 11.

Atque hos mo do volsellis ad id obeundum usos esse: nunc resina, D
(hanc enim in euellendis virorum corporibus pilis maximum honorem obtinuisse confitetur Plinius) nunc psilothris, opinor. quando narrat Suidas in collectaneis, Ephoros, morum apud Lacedaemonas censores, coactos aliquando fuisse, lege, & edicto cauere, ne in balnea inferretur pix, vtque omnes depilatores exploderentur. Ianitores quoque gymnasiorum vnum quodque habuit; Fornacatores, de quibus supra locuti sumus. Ministrabant praeterea gymnasijs variarum rerum venditores, vt possent illi, qui in ipsis uersabantur, & cupiditatibus, & necessitatibus satisfacere. inter quos adnumerantur a Seneca libarij, hoc est, vt prudenter notat Rhodiginus, liba vendentes, botularij, crustularij. &, quoniam inter exercendum saepe vulnera, contusiones, contorsiones, luxationes, multaque alia fieri solent, ob id gymnasia medicos similiter habuisse opinor, qui mane & vespere huiusmodi casibus occurrendi, atq. medendi gratia praesto adessent, quemadmodum, & in ludis, seu publicis spectaculis. quod eo magis verum puto, cum Romae inuentae sint hae duae antiquae marmoreae inscriptiones, quibus medici ludi Matutini, & Ludi Magni explicata habetur mentio. E

li.14 c.20.
li.29.c.1.

DIS. MANIBVS
M. CALPVRNIO. M. F. MEN
VOSENNIO
VIX. ANN. XXX. M. IIX
M. CALPVRNIVS. M. F. MEN
HILARIVS. MEDICVS
LVDI. MAGNI
FRATRI. PIISSIMO. FEC. F

EVTYCHVS. AVG. LIB. NERONIANVS. MEDICVS. LVDI MATVTINI. FECIT. SIBI. ET. IRENE. LIB. CONIVGI CARISSIMAE. BENEMERITAA. ET. LIBERTIS LIBERTABVS. Q. POSTERIS. Q. EORVM

Qui autem essent ludi Matutini, & Magni, ita proditum inuenio, quod spectacula, quae ad populum fiebant, partim mane, partim post prandium, quod in vrbe publice dabatur populo, edebantur. Mane belluarum inter se, & hominum cum belluis certamina proponebantur, ut ex Seneca epist. vij. necnon in fine tertij libri de Ira cuiuis perspectum esse potest. Post prandium hominum inter se pugnae committebantur: quod genus gladiatorium munus apud Historicos saepe nominatum inuenitur: de quo etiam meminit idem Seneca epist. vij. Illos, qui aduersus bestias certabant, bestiarios; gladiatores autē meridianos a Suetonio in Claudio uocatos, facile est intelligere. Cur autem meridianum spectaculum sit uocatus ludus

magnus,

A magnus, existimo caussam; quia maior pars spectatorũ confluebant ad uidenda hominum, quam bestiarum certamina; ut iure omnes, & praesertim Seneca hanc populi in spectandis homicidis delectationẽ sint insectati. Non est tamen illud ignorãdum, scholas quasdã Romae magnos, & matutinos ludos esse uocatas, forte quod in illis meridie, in his mane homines exercerẽtur. Cõcludo igitur gymnasia hos omnes habuisse ministros, gymnasiarcham loci principem, xystarchum, athletarum magistrum, gymnastam omnibus exercitijs praefectum, atque non ignobilem, cum eorum facultates pro sanitate, modum, & tẽpus utendi ac alia dignosceret. Subiecti gymnastae multi erant ministri, paedotriba, qui palaestrae ministrabat, exercitationib. luctae praefectus, spaeristiricus, fricator, reunctor, & mediastinus, piliterepus, alipilus, lanitor, fornacator. Vtrum autẽ tem

B porib. luctus gymnasia aperirentur Romae non mihi constat. Athenis scribit Laertius in morte Socratis fuisse clausa publica gymnasia, causa quod Athenienses poenituisset eum occidisse. Atq. haec de gymnasijs antiquorum a nobis satis dicta sint.

De trium gymnasticae specierum differentijs, bellica, legitima siue medica, & uitiosa seu athletica. Cap. XIII.

QVicumque artem, aut rem aliquam sibi exacte tractandam proponunt, operaepretium est, ut non modo illius naturam, atque singulas condiciones explicent, uerum etiam illam ab alijs, quae similem naturam perinde, ac nomen obtinere uidentur, ita distinguant, ne lectores aequi-

C uocatione decepti, uel circa res ipsas insigniter decipiãtur. & ideo cum nos gymnasticam ueram tractare proposuerimus, quae medicinae pars esse definita iam a nobis fuit, aliaeq. sint gymnasticae circa eadem fere uersantes, necessum arbitror de his ipsis sermonem facere, quo habito posit diuersitas omnium facillime internosci. repetentes igitur quae superius diximus, tres statuimus gymnasticae totius species gymnasticam ueram seu legitimam (ut Galeni more loquar) bellicam, tertiam uitiosam a Galeno nuncupatam: hae omnes licet circa easdem fere humani corporis exercitationes tractationem, operationemque habeant, nihilominus finibus, quorum gratia singulae institutae sunt, magnopere, sicut etiam supra monstrauimus, differunt. Nam gymnastica simplex, & medicinae pars id solum curat, ut homines exercitationum moderatarum ope, & sanitatem acquirant, tueanturue; & bonum habitum adipiscantur; ὁμολογῶ (dicebat Plato) μὴ τὰ πολλὰ, ἀλλὰ τὰ μέτρια γυμνάσια τὴν εὐεξίαν ἐμποιεῖν τοῖς ἀνθρώποις, idest, fateor haud In lib. de Philos.

multas, ſed moderatas exercitationes hominibus bonum habitum D
inſerere. Hoc ita eſſe quoniam Galenus tũ in libello ad Thraſybulum, tum in libris de tuenda ualetudine non minus copioſe, quam luculenter demonſtrauit,& nos quoq. ſuperius aliqua ad hanc ſpeciem pertinentia declarauimus,haud amplius in ea celebrãda verbis immorabor,ſed ad Bellicã tranſibo: cuius unũ ſtudium erat homines,pueros,atque etiã apud nonnullos mulieres earundem exercitationum adiumento ita diſponere, atque aptare, ut & in bello ſeſe fortiter gerere, & hoſtes propulſare, & patrias tueri, & omnem denique militarem peritiam tenere ualerent. quamuis enim haec quoque ſicut & ſuperior bonum corporis habitum compararet, & ſanitatem quodammodo tueretur, quia tamen proprius illius finis erat homines bellis gerendis idoneos atque fortes efficere,propterea eandem nõ eſse ſatis aperte conſtat.quod uero bellica gym- E
naſtica nullam aliam naturam habeat praeter a me explicatam, locupletiſſimum teſtem Platonem in medium afferam, qui in ſeptimo de legibus (poſtquam declarauit iuuenum, & puerorum educationem maiorem partem in rebus pub.obtinere)decernit publicos magiſtros habendos, qui gymnaſticam pueros, atque puellas, & uirgines edoceãt, quod ad aſsequendam militarem peritiam, nil melius palaeſtrica & ſaltatoria gymnaſticae partibus inueniatur,id quod etiam elegantiſſime in tertio de repub. & alibi ſaepe proſecutus fuit. Poſt Platonem Ariſtoteles ſimiliter gymnaſticam bellicam in octauo Politicorum expreſse indicauit, ubi tam eas, quae athletarum habitudinibus corpora iuuenum deformare, & eorum augmentationem impedire ſtudent Ciuitates, quam Lacones efferatos laboribus adoleſcentes efficientes reprehendit, eamq. pueris F
gymnaſticam tradendam conſulit, quae mitioribus laboribus, & magis manſuetis exercitationibus illos robuſtos,& in bellicis negotijs uere fortes reddere queat. de hac gymnaſtica clare locutum Galenum non reperio, niſi velimus ipſum dum legitimam celebrat ſub ea iſtam comprehendere, quod & ipſa bono habitui comparando incumbat,licet ad bellicam peritiam,& aptitudinem cuncta ſua ſtudia dirigat; atque illi qui medicinae gymnaſticae operam nauant, etiam dum oportet,bellica uti ualeant. Vegetius inter latinos quãtopere conferret haec gymnaſtica militiae, quomodoque addiſcenda, atque exercenda ſit, in ſuis de re militari libris luculenter edocuit: ut non ſit ulli dubitandum, quin huiuſcemodi ars apud Graecas,& Latinas nationes in pretio habita fuerit. Praeter has duas eſt etiam gymnaſtica alia uitioſa,& athletica a Galeno nuncupata,quae hominibus robuſtis efficiendis(talis enim fuit Milo Crotoniata, & athleta ille, quem Olympiodorus quarto meteo-

rolog.

A rolog. cap. de duro & molli τὰ βώλια comminuere ſolitum ſcripſit) quo in certaminibus uincere, & praemia, ac coronas mereri poſſent, operam nauabant, quamue pluribus nominibus apud auctores uocatam inuenio. Nam Graeci modo ἀγωνιστικὴν, modo ἱεροὺς ἀγῶνας, modo ἀθλητικὴν, modo γυμνικὴν appellant. Latini alias gymnica certamina, alias ſacra, alias ludos, alias gymnicos ludos, alias athleticam artem dicunt. Prout huiuſcemodi certamina in honorem alicuius Deorum celebrabantur, uel ſacra certamina, uel ἱεροὶ ἀγῶνες dicebantur: eorumque exercitatores aliquando ſacrorum certaminum athletas uocatos inuenio, ut apud Xenophontem in libro de dictis, & factis Socratis: ὥσπερ οἱ τῶν γυμνικῶν ἀγώνων ἀθληταὶ ῥαδίως πρωτεύσαντες ἀμελοῦσι τῆς ἀσκήσεως, idest, Quemadmodum gymnicorum certaminum athletae facile primas tenen-
B tes, exercitationem contemnunt, alijs vero nominibus uocabantur, quando aut in amphitheatris, & circis ad oblectandum populum peragebantur; aut in gymnaſijs, vel alijs publicis locis exercitationis gratia dumtaxat fiebant, nomen hoc tamen omnes ſecundum Iulij Pollucis ſententiam huiuſcemodi certatores commune habuiſſe reperiuntur, quod athletae ut plurimum uocati ſunt ſimplici nomine uel a fine, qui ἆθλον, ſiue praemium erat, cui operam nauabant, uel ἀπὸ τοῦ ἄθλου idest a certamine niſi potius (quod maluit Galenus) dicamus nomen illud ἀπὸ τοῦ ἀθλίου, ſiue ἀπὸ τῆς ἀθλιότητος deductum, ad ſignificandam huiuſce generis hominum incredibilem miſeriam, quod tamen non eſt neceſſe credere. Dixi quoſcumque exercitatores tales gratia praemij certantes ſimplici nomine athletas appellatos, quoniam Plato etiam in gymnaſticae bel-
C licae profeſſoribus interdum eo nomine, ſed non ſimplici utitur, immo fere ſemper aliquid apponit, ſicuti in 3. de Repu. ubi athletas ueros a bellicis diſtinguens ita inquit: κομψοτέρας δέ τινος ἦν δ' ἐγὼ ἀσκήσεως δεῖ τοῖς πολεμικοῖς ἀθληταῖς οὓς γε ὥσπερ κύνας ἀγρύπνους τε ἀνάγκη εἶναι idest, Elegantiore quadam exercitatione, inquam ego, athletis bellicis opus eſt, quos tamquam uigiles canes eſſe neceſſariũ eſt. & rurſum ſeptimo de republi. τὸ δὲ δ' ἐννοῶ λέγων ἅμα οὐκ ἀθλητὰς μέντοι πολέμου ἔφαμεν τούτους ἀναγκαῖον εἶναι νέους ὄντας; idest, hoc autem inter dicendum mihi in mentem uenit. Nonne belli athletas iuuenes eſse debere diximus? Atque alibi ſimiliter. Ex quibus omnibus apparet, quod ubi Plato athletas appellat gymnaſticae bellicae exercitatores, ſemper apponit, πολεμικοῖς, uel πολέμου, uel aliud, ut in fine ſeptimi de legibus, τοῖς παρ' ἡμῖν ἀθληταῖς, nõ ob aliam rationem, niſi ut eos ab athletis ueris diſtinguat. Quare cõcludens dico, primae, & ſecũdae gymnaſticae profeſſores numq̃ proprie athletas uocari, ſed tantũ ꝓfeſſores tertiae, quo nomine uere proprie palaeſtritas,

Lib. 8.

In ſuas ar. ad 60. ai.

pugiles pancratiastas ceteros, gratia praemij certantes, minus proprie vocatos fuisse confitetur Galenus primo de alimentorum facultatibus libro, qui palaestritae, & reliqui, cum id solum propositum haberent, ut ad certamina se compararent, in quibus interdũ totum diem, aut luctari, aut παγκρατιάζειν cogebantur, iccirco cibo indigebant corruptu & euaporatu difficili, cuiusmodi est cibus ex suillis carnibus, quibus soli veri athletae uescebantur, atque tales erant, qui in ludis, in amphitheatris, & etiam in alijs locis ob praemium, & gloriam certabant, in hoc a ceteris diuersi, quod solum uincere, & coronam assequi studerent, cum alij uel bono habitui corporis acquirendo, & sanitati tuendae; uel militari fortitudini, & peritiae acquirendae intenderent, quos simpliciter gymnasticos, & exercitatos, vel athletas bellicos nuncupari inuenio. ex quo colligitur alium esse simpliciter athletam, alium simpliciter gymnasticum, necnon tres fuisse artes in exercitationibus uersantes communi nomine gymnasticae vocatas, quarum medica omnibus magis proprie ita dicta fuit, altera nempe bellica (apud medicos loquor, quod alij forsan hanc primariam effecerint) minus; tertia omnium minime, nimirum, quae a praedictis degenerans, uitiosa appellata sit: quaeue robori, non sanitati operam daret: robur enim diuersum habitum a sanitate exigere, testis est Aristoteles viij. sect. problem. vj. quo in loco pinguem habitum robori, sanitati uero rarum conuenire scribit.

De vitiosa Gymnastica, siue Athletica. Cap. XIIII.



Ostquam de bellica gymnastica, atque etiã de gymnastica simplici, quantũ ad praesens negotium spectabat, satis disseruimus, iam opportunum erit de athletica sermonẽ habere: quae quoniã tẽporibus Galeni, atq. etiã superioribus maximã auctoritatem sibi uendicauerat; ideo ei opus fuit, ut eam longissima oratione, atque impurissimis contumeliosissimisq. uerbis insectaretur. quod quã sapienter simul ac iuste fecerit, ex his, q̃ de illius professorũ moribus, alijsq. conditionibus dicturus sum, facillime clarum futurum spero. & ut a principio exordiar, Plinius auctor est gymnasticos ludos a Lycaone, athleticã ab Hercule olympiae inuentã fuisse: ut tota haec ars duos parẽtes habuerit, qui tametsi insignes fuerint, atq. artem illustrẽ, & admiratione dignam primo cõdiderint, illa tamen lõgo postea temporis interuallo, atq. prauis hominũ moribus ita corrupta, ac adulterata est, ut uerius κακοτεχνίας, quã artis nomen ei conuenisse dixerit Galenus, si quidem illius exercitatores dum spe uictoriae, & praemij (quorũ gratia qui certa-

In suas. ad bo. ar.

lib. 7. c. 56

In lib. ad Thras.

A certabant omnes, athletas vocatos proprie docuimus) corpori incrassando,roboriq. cōparando nimium incumbebant,mentē etiam crassam,sensusq. omnes hebetes,torpidos,ac segnes reddebant.vnde non immerito Plato athletas somnolentos,segnes,ignauos,desides,vertiginosos,tandemq. morbosos nuncupauit:Hippocratē medicum secutus,qui habitus athletarū veluti periculosos , maximisq. aegritudinibus obnoxios vbique detestatus est,sicut & Plutarchus eos saxis,atq. gymnasiorū columnis similes effecit,alias itē confessus qđ Graecis nihil aliud mollitiē,atq. seruitutem inuexerit,nisi haec gymnastica vitiosa , cuius opera torpentes atq. relanguescentes ab armis delapsi sunt,contenti pro strenuis,atq. fortibus militibus seipsos bonos palaestritas, & athletas dici. Cassiodorus lib. v. variarum c.42.loquēs de solemnibus ludis, qui ab athletis exercebantur eos

Tertio de repub.
1.Aph.lib.
In lib. de tu.val.

B ab Atheniensibus in honorem Dianae primum inductos tradit.vbi etiam longa satis oratione,vt fierent,& qua arte,quibusq. instrumētis aduersus immanissimas feras decertarent,morteq. praemia consequerentur diserte docet. Porro hāc rem ita esse nemo sane dubitabit, si totā eius naturā breuissima oratione ab Aristotele explicatā ppēderit:is enim in primo Rhetoricorū lib.de Agonistica (sic ēt athleticā appellatā superius diximus)haec scripta reliquit: ἀγωνιστικὴ δὲ σώματος ἀρετὴ σύγκειται ἐκ μεγέθους καὶ ἰσχύος καὶ τάχους καὶ γὰρ ὁ ταχὺς ἰσχυρός ἐστιν, ὁ γὰρ δυνάμενος τὰ σκέλη, καὶ ῥίπτειν πως, καὶ κινεῖν ταχὺ καὶ πόρρω δρομικὸς ὁ δὲ θλίβειν καὶ κατέχειν παλαιστικὸς, ὁ δὲ ὦσαι τῇ πληγῇ πυκτικὸς ὁ δὲ ἀμφοτέροις τούτοις παγκρατιαστικὸς ὁ δὲ πᾶσι τούτοις πένταθλος .i. Agonistica autē corporis virtus ex magnitudine,& robore, & celeritate cōponitur:nam & celer fortis est: qui.n.quodammodo crura

Cap.5.

C proijcere,& uelociter,ac longe mouere potest,cursor,qui vero cōprimere,& cōtinere luctator;qui percussione impellere, pugil ; qui autē vtrisq. his,pancratiastes, q vero omnibus his, quinquertio est. vtrum autem uox(τάχους)in Aristotile sit retinenda an vero(τέχνης) scribendum dubitari posset ob verba sequentia,quibus inuit robur esse suapte natura coniunctum cum pernicitate ; verumtamen ,ut non inficior etiam uocem τέχνης.i. artis quadrare, cum ars maxime valeat in athletica,in qua eam robori & magnitudini primum omnium addidisse Theseum testatur Pausanias in Acticis, sic non uideo cur à robore quoque celeritas separari,nequeat cum res ipsa doceat plerosque viribus magnopere valere,qui tamen in agendo tardi potius,quam celeres sunt.Sed ut cumque sit clare patet athletarū omniū institutionem,atq. disciplinam huc tantum spectasse,ut corporis magnitudinem,robur,atq. celeritatem compararent,quibus soli ceteros antagonistas superare , & praemio, honoreq. potiri ualerent. id quod licet pluribus certaminum generibus contenderent,

rent, quinq. tamen praecipua erant, in quibus vel semper, vel ple- D
rumq. tam in sacris certaminib. quã in ludis, amphitheatris, & publicis spectaculis, sed praesertim in stadio, quod fere solis athletis proprie destinatũ erat, certabant, lucta, pugilatus, cursus, saltus, & discus. vnde luctatores, pugiles, cursores, saltatores, discoboli nuncupabantur, qui separatim in singulis pollerent, sicuti Pãcratiasta dicebatur, qui in lucta, & pugilatu valebat: q. vero in cũctis quinque, pẽtathlus, & vocabulo Romano quinquertius vocabatur, ut docet Festus; etsi Quinquertiones apud Liuiũ Andronicũ athletas significare scribat idẽ Festus, apud quẽ ẽt periodon vicisse dicebatur is, qui Pythia, Isthmia, Nemea, Olympia vicisset, nomine a circuitu eorũ spectaculorũ accepto. narrat Laertius Democritum Philosophum esse uocatum pentathlum, forsan quod in iuuentute vicisset. Erant postmodũ Halteres, iacula, atq. nõnulla alia, quorũ quoq. certamina athletae E
obibãt, at in publicis ludorũ, & sacrorũ certaminũ celebrationibus raro illa peragebantur, vna excepta monomachia, q̃ Graecos sacerdotes aestatis tẽpore in pergamo exercere cõsueuisse memoriae prodidit Galenus. Quamquam monomachos, siue gladiatores apud veteres ab Athletis diuersos fuisse sciã, quod M. Cicero testatum fecit Epist. fam. lib. vij. Epist. j. his verbis, Nã quid ego te athletas putẽ desiderare, qui gladiatores cõtempseris? Nisi dicamus qđ memoriae proditũ habetur à Dionysio Halic. antiq. Rom. lib. x. athletas alios fuisse leuiorũ, alios grauiorũ certaminũ, atque hos posteriores fuisse gladiatores. De ijs in Digestorũ li. 9. t. l. Aquilia ab Vlpiano scriptũ reperio: Si in colluctatione vel in pãcratio, vel pugiles dum inter se exercẽtur alius aliũ occiderit, cessat Aquilia, quia gloriae causa & virtutis, nõ iniuriae, videtur damnũ datũ. vnde patere arbitror apud F
Maiores, hãc athleticã ĩ maxima existimatione habitã. cuius ea erat ratio, qđ homines semper illas res extollere, ac honore dignas efficere solẽt, a quibus voluptates, ac delectationes obtinere student. ob quod cum athletica in publicis ludis, ceterisq. spectaculis maximas voluptates publice afferret, in honore habita atq. a multis expetita fuerit quando athletis ludos ingrediẽtibus vt refert Plinius oẽs assurgebant, etiam senatus, ijq. senatui proxime sedebãt, necnõ cũ patribus, auis paternis, a quibusuis muneribus uacabant, & uictores in patrias triumphantes inuehebãtur, immo Athletis ingenuos caedere, atque occidere, qđ alijs vetabant leges, non modo licuisse, verum etiam honorificum fuisse auctor est in iij. hypot. Pyrrhon. Sextus Empiricus. Ne dicam, qđ Eusebius in v. de Praeparatione euangelica multo sermone damnat veteres, s. eo superstitionis, atq. insaniae interdum deuenisse, vt pugiles, atque athletas in Deorum numerum referrent. Quibus omnibus rationibus satis clarum esse potest,

3. ćar. 23

li. 16. c. 4.

A poteſt, athleticam antiquitus magnae auctoritatis fuiſſe: & propterea non temere illam Galenum inſectatum eſse, dum animaduerteret, quantũ dãni ex ea artis athleticae reputatione humano generi accederet; ſi quidẽ nõ mõ cũcta animi, verũ ẽt corporis bona, ita corrũpebãtur, ut nihil inueniri poſset, qd[r] maius hominib. q̃ gloriae, & p̃miorũ ratione illã vndiq. ambiebant, detrimentũ afferret, quẽadmodũ Euripides quoq. elegantiſſime teſtatus fuit ſub hiſce uerbis.

Κακῶν γὰρ ὄντων μυρίων καθ' Ἑλλάδα,
Οὐδὲν κάκιόν ἐστιν ἀθλητῶν γένους,
Οἳ πρῶτον οἰκεῖν οὐδὲ μανθάνουσιν εὖ,
Οὔτ' ἂν δύναιντο, πῶς γὰρ ὅστις ἔστ' ἀνὴρ
Γνάθου τε δοῦλος, νηδύος θ' ἡσσημένος,
Κτήσαιτ' ἂν ὄλβον εἰς ὑπερβολὴν πάτρας,
B Οὐδ' αὖ πένεσθαι, κἀξυπηρετεῖν τύχαις.
Ἔθη γὰρ ἄνδρες οὐκ ἐθισθέντες καλὰ,
Σκληρῶς μεταλλάσσουσιν εἰς ἀμείνονα.

ideſt, *Cum mala innumera per Graeciam ſerpant,*
Nullum deterius Athletarum genere eſt,
Qui primum bene incolere haud diſcunt,
Neque poſſunt etiam, quo etenim modo
Quis eſt gulae deditus, ventrique indulget,
Diuitias parabit, vt alat familiam?
Neque item egeni eſſe, & fortunis inſeruire
Sciunt: nam in malis diu verſati
Moribus, non facile mutantur in melius.

Quibus nihil eſt meo iudicio, quod magis athleticae ſtatũ prodat. Neq. tamen defuerũt, qui hãc p̃nicioſam artẽ cõmẽtarijs celebrare niterẽtur, quales fuerũt Tryphõ, ac Theon Alexandrinus, qui ab C athletica, in qua excellebat, cognita eius prauitate ad gymnaſticã tãdẽ deſciuit. Ne taceã Platonẽ, quẽ Seruius, & Laertius p̃diderunt athletã fuiſse, & ea dimiſsa ad philoſophiam ſe contuliſse. Sed quia athletas praemij gratia certare, atque vitam mille necis generibus exponere conſueuiſse nõ ſemel dixi, id hoc in loco nequaquã praeterire uolo, athletis non eadẽ quocumq. tẽpore fuiſse p̃miorum genera propoſita, verum, vt Clemens Alexan. ij. Paedag. c. viij. memoriae prodidit, primo fuit δόσις ſeu donum, ſecundo plauſus, tertio foliorum coniectio, poſtremo corona. δόσιν autẽ apud Clemẽtem, niſi aliquid in eius vulgato codice deſideretur, puto nil aliud quã congiarium ſignificare: quo pacto apud Herodianum quoque ea uox uſurpata inuenitur. niſi potius leue aliquod munuſculum deſignet, quod poſterioribus omnibus vilius exſtiterit, quamque non abnuo poſse quoque legi ἀθλωδόσιν. i. praemiorum largitionem, vt doctiſſimus Suetonij interpres p̃poſuit Atqui de plauſu cuius uox graeca eſt 7. Aen. in vita Plat.

ca eſt

ca eſt Clementi ἀπεργεμὸσ, varias Criticorum doctiſſimorum inue- D
nio ſententias cum aliqui eam interpretentur exercitationẽ, aliqui ſcribendum uelint ἐπαγερμὸν, quem dicunt fuiſſe morem Athletarũ colligendi munuſcula à ſingulis ſpectatoribus.

De viuendi Athletarum ratione. Cap. XV.



VONIAM de athletica prauitate quamplurima egregie ſimul, ac eloquenter ab Hippocrate, Platone, atque Galeno diſputata ſunt, nosq. etiam illos imitati nonnulla diximus, iam athletarum eorum, qui proprie uocati ſunt palaeſtritae, uiuendi rationem in medium proponere decreuimus. qua perſpecta, facile cuiuis erit iudicare, quod genus hominum, quaeue illorũ E
ars foret, & quam ſapienter illi fecerint, qui ipſam explodere, & cõtumelioſa oratione improbare conati ſunt. ſed, quoniam tota uiuendi ratio in ſex rebus, quas non naturales appellare medici uoluerunt, collocata eſt, videlicet cibo, & potu, ſomno, & uigilia, quiete, & motu, aere, animi affectionibus, atq. excrementorum euacuationibus, quomodo in uno quoque horum genere ſeſe gererent, explicabo. Primum itaque in cibo ac potu quadrupliciter erraſſe cõſpiciuntur, qualitate, quantitate, ordine, ac tempore. Quod ad qualitatẽ pertinet, varijs cibis athletas vſos diuerſis tẽporibus inuenio. ſi quidem primis illis antiquioribus veſci caricis praeſcriptum ſcri
Li. 23 c. 7 bunt Plinius, atque Oribaſius. quod, vt pingueſcerent, factitaſſe. exi
Li. 1. colle. cap. 40. ſtimo. Quis vero primus carnes eis conceſserit, auctores inter ſe diſſentiunt: Plinius exercitatorem quendam Pythagoram athletis pri F
mum carnem comedendũ exhibuiſse ſcribit, Oribaſius Pergamenus Goram caricarum vſum, & antiquam viuendi illorum conſuetudinem ſuſtuliſse, primumq. Eurameni Samio carnes appoſuiſse, atq. talem viuendi rationem in poſteros emanaſſe tradit. vtcumque ſit, ante Hippocratis aetatẽ athletae carnibus veſcebantur, & praeſertim ſuillis, vt ipſe de Biante pugile refert in v. Epid. Caeterũ neque vno carnium genere ſemper illi victitarũt, quoniam interdum caprinis veſcebantur, quemadmodum Thebanus quidam athleta, quẽ Clitomachus Carthaginienſis nouae academiae ſectator praeclarus reliquos ſui temporis athletas viribus ſuperaſse refert, quod caprinas carnes manducaret. Apri glandulas etiam athletis pro cibo fuiſse innuit Martialis in libro tertio, vbi Zoili cuiuſdam procacitatem, & ob ſcoenos mores deſcribens ait.

Inter catellas anſerum exta lambentes
Tartitur apri glandulas palaeſtritis.

Attamen

A Attamen illos in frequentiore usu habuisse carnes tũ bubulas, tum suillas, satis constat ex Galeno, qui ex illis, & pane cũ caseo sine fermento confecto, quod Coliphium uocatum est, uictitasse scribit, ut duritie, ac alimentorum crassitie nõ modo uberius nutrirentur, sed etiam diutius saturi permanerent, quo genere uictus cum Biantes pugil πολύβορος immodice uteretur, eos morbos incurrebat, quos refert in quinto Epid. Hippocrates: scribit Plinius, Valerianus nullum athletarum cibum absq. anetho exstitisse, forsan quod crederent ab eo nutrimentum solidum produci, aut quo huiuscemodi herbae odore alij cibi condirentur, sicque magis ipsis saperent, aut quo somnus illis maior prouocaretur pro conficiendis cibis duris; anethum enim somnum prouocare sciunt medici. Quantitas cibi athletarũ quam fuerit ceteris hominum mensuris superior, sciri po- 4. de re me.c. 27.
B test ex ijs, quae scriptis mandauit Galenus secundo de digno. pulsuum, uidelicet carnis minas duas paucum cibum athletis fuisse, ut aliqua ex parte fabuloso illi fidẽ adhibere ualeamus, quod de athleta Milone Crotoniata, & Heraclide pugile celebratur. quorum alterum carnium minas uiginti deglutisse, & panis totidẽ, uini choas persiccasse tres, ac aliquando taurum, quẽ per stadiũ retento anhelitu gestarat, solum absumpsisse; alterum prope infiniti cibi, ac potus capacem, nulliq. parem exstitisse ferunt; atque hinc perspicuum fit, quam uere Arist. 4. de gen. animalium dixerit, saepenumero athletis membra uarijs formis affici, cũ ob multam edacitatẽ natura haud ualet aeque in toto corpore omnes cibi partes conficere, & confectas aequaliter distribuere, sicut octauo Polit. cibum eorũ, qui exercebãtur athletice, modo βίαιον τροφὴν, modo ἀναγκοφαγίαν uocauit, ut Cap. 3.
C Gal. iij. de tuen. ual. ἐδωδὴν πρὸς ἀνάγκην quasi plus, quam ferre (quãquam scio non defuisse, qui aliter eam uocem apud Arist. sint interpretati,) possent, edere cogerentur: qua etiam utitur Clemens Alex. li. ij. Paedagogi cap. j. Ex hoc autem loco corrigendus est Themistij locus in orat. (Quae sit principalissima uirtutum,) ubi pro ἀναγκοφαγίας perperam legitur ἐναγκοφάσιας. Tertullianus etiam lib. de pallio meminit siccae saginationis athletarũ, quae ut fieret ab aliquibus dubitatur, ego uero semper putaui xerophagiam illam apud Caelium, & Ioannem Cassianum cõmemoratam, qua. s. ficus aridas, nuces, & nil coctum, nil humidũ sumebant, non placentas, ut ait Arrianus in Epicteto, non frigidum potum, & de qua Plautus in Mostellaria, ubi adolescens quidã ita loquitur, quo neque industrior de iuuentute erat arte gymnastica, disco, hasta, pila, cursu, armis, equo, uictitabam uolupe parsimonia, & duritia. Ordinẽ similiter nullum, aut perpusillum athletas in comedẽdo seruasse, ut & temporis nullam rationẽ habuisse, satis ex superiorib. clarum esse potest, nisi qđ 7. meth.

refert

refert Galenus eos non aeque mane, ac uespere cibos ualidissimos D
accipere cõsueuisse,sed dũtaxat in coena,nõ modo ratione,uerum-
etiã experientia docti cibos in somno,quando calor magis viget in-
tus, facilius cõfici,alioqui cõcoctu difficillimos ipsis, cũ ob qualita-
tem eorũ ualde calori resistentẽ,tum ob immensã quãtitatẽ. quãuis
li. 11.c.53 secus ui deatur sensisse Plinius, qui scribit athletas maluisse semper
cibos ambulatione,quã somno perficere,ratos somnũ ad corpulen-
Prob. 4. tiam,quã ad firmitatem magis conferre.quod si Plutarchus 4. sym-
posiacorũ eosdem simplicissimis cibis uictitasse, omnemq. uarietatẽ
prorsus effugisse tradit,eius sententiam ita accipere debemus,ut uo
luerit athletas uno solũ carnis,& panis genere, quodcumq., & quã-
tumcumq. fuerit,vsos.qđ neq. nos negamus, qui supra diximus fre-
quentissimos eorũ cibos fuisse solas bubulas, aut potius suillas car-
nes.Atqui somno,& uigilia qualẽ moderationẽ coeteris uitae eorũ E
partib. respondentẽ athletae adhibuerint, clarissime demonstrauit
Plato,eos ubiq. somnolentos appellans. In motu quoque & quiete
nullam mensuram seruare solitos athletas testatur Galenus,qui eos
modo tota die laborare,quando.s.exercitium τέλειον,siue κατασκευὴν
apud Galenum tertio de tu. val. ij. uocatum inibant, modo nocte,
modo a cibo, modo ante consueuisse narrat.quasi propositũ in om-
nibus tenuerint Hippocratis praecepta haec de sanitate uniuersa
contemnere,(labores,cibi,potiones,somni,venus,omnia moderata)
illudq. unum sibi proposuerint,immoderate, semper,& nulla habi-
38. parti· ta regula elaborare. quod cũ Aristoteles intelligeret caussã quae-
probl. 5. rens, qua mediocriter insudantes statim ab exercitatione colore
amoeno hilarentur,Athletae uero pallidi lõge euadant, dixit ideo
euenire,quia Athletae prorsus nimium laborant,nimius uero labor F
colorem cum sudore,& spiritu extrudit,palloremque inducit,sicuti
mediocri calore in summa corporis retento leuiter colorẽ prouo-
cat,& ad corporis superficiẽ inuitat,ut calefactis,aut pudefactis ac-
cidere solet. Qui igitur sine mensura semper laborabant, Athletas
In lib. de minime mirum est Galenum dixisse quinque annis ad summũ ἰσο-
morborũ σθενεῖς perdurasse.Iam quoque aeris ipsos nullum discrimen effecisse
credere possumus, quod sub ardenti sole exercerentur,nec uento-
rum,aut aliarũ boni aeris condicionum ullam rationem haberent.
quamuis dum se ad futura certamina exercerent,antiqui curarint,
tẽporibus ut illud in salubri aere factitarent,sicuti manifestũ est e xystis, quas
ideo fabricatas in gymnasijs scribit Vitruuius, quo athletae in hie-
me ad uitãdas aeris iniurias inibi in salubriori aere cõmodius exer
Homilia ceri ualerent,quo tẽpore multas plagas, ut tradit Basilius Magnus,
54. perferebant,ex paedotribis,nec non uictum haud iucundum, sed a
magistris exercitationum praescriptum sequebantur.Ita etiã apud
Stra-

A Strabonē legimus, veteres consueuisse athletas Rauennā mittere, vt ibi in salubriori aere cōmodius exercerentur. Ab animi affectionibus athletas uehementius, q̄ par sit, affectos fuisse nemo negabit, qui consideret q̄ leui ex caussa certatores omnes excandescant, quātopere uicti tristentur, quantū victores exsultent, & denique quo semper animo uiuant illi, qui tum immodice saturi, tum ieiuni, quales athletae, excruciantur. lib. 2. de ira Seneca Pyrrhum maximū certaminis gymnici praeceptorē solitū ait ijs, quos exercebat, praecipere, ne irascerentur quod, ira perturbet artem, id quod ēt apud Cassianū c. 7. lib. 6. legitur. De excrementorū exinanitionibus (qđ erat sextū, & ultimū) pauca dicēda forent, quod forsan in his errarent minus, q̄ in ceteris: at qm̄ uenus inter necessarias sanitati inanitiones a medicis reponitur, quo modo sese gererent in illa, videamus. Dum B enim & Hippoc. & Gal. venerē moderatā esse debere praeceperūt, tam eos, qui immodice, quam eos qui nimium parce illa uterentur, coarguisse ab omnib. in re medica, vel mediocriter eruditis iudicātur. unde magnopere in hac athletae peccasse conspiciuntur, qui perpetuo seipsos coitu interdicebant, cū ceteris forsan ob nimiam alimenti, & sanguinis copiā magis necesse haberent, de his namq. Gal. 6. de loc. affe. cap. v. loquebatur, quādo multos calidae, & humidae naturae ὑπὸ ἀσκήσεως. i. ob exercitationem (non prae pudore, aut sobrietate, ut interpretes pleriq. transferunt) à ueneris usu abstinentes torpidos, atq. pigros effectos sese uidisse scripsit. Qđ porro a Venere prorsus athletae abstinuerint, praeter Platonem, qui Astylum, Diopompum Crissonem, Iccum Tarentinum tales exstitisse memoriae prodidit. Gal. quoque testatum fecit, & post Galenum Basilius C Magnus, qui in homilia 52. scripsit, paedotribas cōsiderantes ex ueneris uoluptatibus corpus imbecillius, & ad necessariorum operationes pigrum, atque debile reddi, tēperantiae legem promulgasse, quae adolescentum corpora a uoluptatibus tuta conseruaret, & decertantibus ipsis ne aspicere quidem uenustas formas permitteret. Id etiam significauit Martialis, qui de Blatara quodam athleta sermonem habens, ita scriptum reliquit.

Geograp. lib. 5.

8. d' legib.

6. de loc. affec. in fi.

Cur Lacedaemonio luteum ceromate corpus.
Perfundit gelida virgine? ne futuat. Et Horatius
Qui studet optatam cursu contingere metam.
Multa tulit, fecitque puer, sudauit, & alsit.
Abstinuit venere, & Baccho;

lib. 11.

vbi pro puero accipiendum esse adolescentem cum Pausania non dubito, alioquin pueri ante decimum quartū annū nō hoc egent, cum ad venerē nondū stimulētur, nā dū, atq. post solitos appellari uiros, nā & pleriq. alij scriptores testātur & Plutarchus 9. Sympo. 3. docet pueros interduci cōsueuisse ad luctandum,

ctandum,pueros quoque cõſueuiſſe in palaeſtris exerceri,et praeſcr D
tim Plato 8.de leg.qui tria genera fecit palaeſtritarum , pueros,im-
berbes,& uiros.Non modo enim ſe athletae ad inhibendã uenerem
frigida lauabant,verum etiam laminas plumbeas renum,& lumbo-
rum regionibus ad arcendas nocturnas pollutiones,& libidinis im-
li.34.c.18 petus frangẽdos adhibebãt,ut teſtati ſunt Plinius, Galenus, & Ioan-
5. de tue. ua. c. ult. nes Caſſianus lib.vj.c.vij.quam rem ẽt intelligere voluiſse D. Paulũ
arbitror,dum dixit . Qui in ſtadio currunt,ab omnibus abſtinent,&
hi quidẽ vt mortalẽ coronam,nos vero ut immortalem accipiamus.
Quã ſnĩam fuſiꝰ enarrãs Tertullianꝰ haec dicebat:Nẽpe cũ & Athle
lib.ad mar tyres. tae ſegregẽtur ad ſtrictiorẽ diſciplinã,ut robori aedificãdo vacẽt,cõ
,, tinẽtur a luxuria,a cibis laetioribus,a potu iucundiore:cogũtur,cru-
ciãtur,fatigantur,& D. Chryſoſtomus 1.ad Corint.c.9. atq. Aelia-
nus : Idẽ & Clemẽs Alexan. lib.3.Stromatũ,& Simplicius in cõmen- E
li. 28.c.6. tario ſupra Epictetũ intellexit, qui ſtudio coronae athletas a uenere
abſtinere ſcripſit,& Caeſ.6.de bello gallico ſcribit ſueuijs anteuige
ſimũ annũ fuiſse ꝓhibitũ veneris vsũ, vt corpora,velociora , & ꝓce-
riora euaderẽt. & ꝙuis alibi Pliniꝰ athletas interdũ coitu vti ſolitos
ſentire videatur,vbi eos torpẽtes reſtitui,u enereiſq. vocẽ,cũ e cãdi-
da declinat in fuſcã , reuocari dicit, id tñ intelligendũ eſt, vt Euſta-
thius,nimirũ toto certaminũ tpe cõgreſsũ uenereũ athletas euitaſse,
reliquo tpe uſos moderate fuiſse.Hoc itaq. fuit athletarũ uiuẽdi in-
ſtitutũ,ꝙ ꝙtum ſanitati detrimentũ afferret, ut Hippocratẽ ſileã,affe-
ctũ athleticũ haud ſcd̃m naturã eſse dicentẽ, argumẽto eſse poſsũt,
In ſuaſ. ad bo ar. quae ipſis quotidie euenire ſolita recenſet Gal.videlicet repẽtinae
In lib. ad Thraſ. obmutiones, ſenſus, & motus amiſſiones, ſuffocationes, uaſorum ru-
ptiones.ut nõ ſine maxima rõne D.Hierony.athletas nequaꝙ diu vi F
lib. 2. ad uer. Iouin. uere potuiſſe ſcripſerit,Hipp.& Gal.auctoritate vſus. Igitur nõ ſatis
mirari poſsũ,qua rõne ductus Cornelius Celſus medicus alioqui &
eruditiſſimus , & eloquentiſſimus in laterũ inueterato dolore victu
athletico vtendũ conſulat:niſi pro ualido,& firmãdis uirib. acõmo-
dato ciborũ gñe,ut Budaeus,interpretemur . Sed de athletarũ pro-
feſſione,qñ ad inſtitutũ noſtrũ plura dicere nõ ꝑtinet,haec ſufficiẽt,
ſi unũ addidero,ꝙ Clemens Alex.quaſi ludens memoriae mandauit,
3.li. paeda gogi. c. 9. Athletas hanc vnã honeſtatis imaginẽ habuiſse, ut nunꝙ in publicũ
ad certandũ ſine ſubligaculis prodirent . quẽ morẽ ab Hercule pri-
mũ inuectũ , ſicut a Palaeſtra Mercurij filia pudẽdos locos obtegẽdĩ
conſuetudinẽ inter mulieres , quae curſu, & alijs exercebantur, in-
lib. x. an tiq. Rom. troductã,eſse memoriae mãdatũ eſt.Quamꝙ Dionyſius Halicar.ſcri
bat ex Homero colligi,apud priſcos illos turpe habitum eſse nudos
certare,primum aũt omniũ Olymp.xv.Neãthum Lacedaemonium
Olympiaco ſtadio decurrentem totum corpus denudaſse, pudẽdis
tantum ſubligaribus campeſtribus obtectis.

A ARTIS. GYMNASTICÆ
LIBER SECVNDVS

Quid sit exercitatio, & quomodo differat a labore & motu. *Cap. I.*

POSTQVAM de Gymnastica, quid sit, eius originem, nec non verae, & non verae differentiam satis explicauimus, consequens est, vt, ceteris non prorsus omissis, illam praecipue oratione nostra prosequamur, quae ad medicinam facit, & de qua tractationem habere polliciti sumus. Quoniam uero, dum gymnasticae definitionem in medio proponeremus, eam esse artem quandam facultates omnium exercitationum noscentem, earumque uarietates opere ipso gratia sanitatis edocentem indicauimus: recta doctrinae ratio postulare videtur, ut, quid sit exercitatio, prius cognoscatur, deinde in proprias species diuidatur, atque illarum vnaquaeq. singulatim explanetur. hoc etenim facto, cum ars (dicebat Aristoteles,) sit recta operandi ratio, videbimus, quae sit in obeundis exercitationibus haec recta ratio, quomodo illarum unaquaeque, uel ad parandum bonum habitum, vel sanitatem defendendam conferat. (B) 6.Ethic.

C Exercitationem itaque definiuit Galenus, secundo de tu. val. & ipsum secutus Aetius, esse motum vehementem, anhelitum alterantem, ubi γυμνάσιον, κίνησιν, & πόνον, siue exercitationem, motum, atq. laborẽ inter se differre demonstrat: propterea qď motus est res quaedam magis communis, atq. pluribus conueniens quam exercitatio, cum saepe multi moueantur, neq. exerceri dicantur, exercitatio uero non sit, nisi vehemens motus: similiter labor licet sit vehemens motus, tamen non omnis labor proprie uocatur exercitatio, si quidem fodientes, atq. metentes laborare, sed non proprie exerceri dicũtur; tametsi etiam aliquando communi quadam appellatione labor, exercitatio uocatur: quemadmodum Galenus ab Hippocrate uocatum esse censet, quando is dixit, Labores cibum praecedãt, & ubi fames, laborandum non est. ibi enim vocẽ hanc πόνος, quae, & dolorem & laborem, siue damnum, ut Erotiano placui, & exercitationem significare solet, pro exercitatione dumtaxat accipi debere indicat. ergo exercitatio nihil aliud erit ex sentẽtia Galeni, & Aetij

6.đ morb. vulg. cõ. 4. tex. 31. 2 Aph. 16. In Onomastico. 2. đ tu. va. lib. 3. c. 2.

nisi motus vehemens anhelitum alterans, γυμνάσιον a Graecis appel- D
latus,quod plerũq.nudi,aut saltem cum paucioribus uestibus exer-
cerētur;quemadmodum etiam locum, ubi fiebat γυμνάσιον appella-
tum superiore libro abunde monstrauimus.Sed quoniam posset ali
quis etiam in gymnasijs ab altero per uim vehementer moueri,qui
tamen nullo pacto exerceri diceretur,iccirco haec Galenica exer-
citationis(pace eius dicam)definitio haud quaquam integra est.&
proinde Auicenna Arabum omnium doctissimus cum animaduer-
Li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 1. tisset haud plene exercitationem a Galeno definitam fuisse, aliam
definitionem in medium attulit, uidelicet quod exercitatio est mo
tus uoluntarius,propter quem anhelitus magnus, & frequens est ne
cessarius.Quo in loco eos quoq. merito damnat,qui leuem quamli
bet ambulationem exercitij nomine compellant: non enim appo-
suit(vehemens)quod,vbi magnus,& frequens sit anhelitus, semper E
necessario sequitur motum illum vehementem exsistere. sed neque
haec definitio Auicennae mihi plene satisfacit: quoniam,etsi con-
ueniat omnibus triplicis gymnasticae exercitationibus, eas tamen
proprie non complectitur:de quibus ad medicum tractare spectat,
& nos etiam loqui instituimus: siquidem omnia quatuor caussarum
genera haud quaquam complectitur, cum neq. materialis explice-
tur, neque caussa cuius gratia. Accedit item illud, quod multi uo-
luntarie uehementer,& cũ anhelitu aucto mouentur, qui nullo pa-
cto dicentur proprie exerceri,sicuti serui cum celeritate dominorũ
mandata exsequentes,& sicuti illi, qui vel inimicorũ impetum, uel
quid aliud triste effugientes,& vehementer mouentur, & frequen-
ter,ac magnopere anhelant: ex quo Auicennae definitio haud per-
6.coll.c.2. fecte totam exercitationis naturã cõplectitur; sicut neq. illa Auer- F
rois,qua dixit in libro collectaneorum,exercitationem esse mēbro-
rum motum aliqua uoluntate factum. Ideo nos aliter definiētes di-
camus,quod exercitatio,de qua medici intereſt tractare, ꝓprie est
motus corporis humani uehemens,uoluntarius,cum anhelitu alte-
rato uel sanitatis tuendae, uel habitus boni comparandi gratia fa-
ctus. ita namq. definitio omnes caussas comprehendit, atq. soli de-
finito conuenit: uerum enimuero posset aliquis merito a me scisci-
tari, numquid motus equitando, vel nauigando peractus exercita-
tionis nomen mereatur, eo quod non libere a uoluntate hominis,
sed ab alio dependere uideatur? cui respondeo, non minus equi-
tantes,& nauigantes alijs exerceri dici debere,si nõ proprie,saltem
communiter, dum modo gratia sanitatis, uel etiam militaris stu-
dij illud efficiant: quandoquidem proprie exerceri dicuntur, qui
exercitationem nuper a nobis definitam suscipiunt.quibus vero ali-
qua

A qua ex conditionibus necessarijs deest, illi potius communiter, quã propriè exerceri dicentur, siue a seipsis, siue ab alijs moueantur, quemadmodum equitans, qui uoluntariè ideo mouetur, quoniam motus equi, ratione cuius ipse mouetur, ab equitantis appetitu, & dirigitur, & peragitur; id quod de alijs quoque similibus a nobis semper erit intelligendum. atque hanc fuisse Galeni ipsius sententiam, eius uerba in secundo de tu.val.scripta indicant: vbi ait, eos, qui fodiunt, & qui equitant, non laborare modo, sed etiam exercitari communi saltem exercitationis appellatione, quemadmodum clarius adhuc adstruit quinto de tu.va.ca. 11. ubi omnem motum communiter exercitationem uocat, propriè vero motum uehementem, vt etiam uidetur appellasse Paullus Aegineta lib. ij. cap. xlix. vbi exercitationem a gestationibus, ambulationibus, & uociferationibus distinguit.
B Praeterea, quoniam dixi exercitationẽ a graecis γυμνάσιον uocatam fuisse, haud secus ac locum, in quo fiebat: ambigeret fortasse aliquis, num exercitationes, quae extra gymnasia peragebantur, propriè tales essent, an non? cui responsum esse uolo, definitione exercitationis cum non sit appositus peculiaris locus, indicari eum haud quaquã exercitationi necessarium fore, & propterea motum voluntarium uehementem cum anhelitu alterato gratia sanitatis tuendae, uel optimi habitus comparandi factum, ubicumq. locorum ageretur, nihilo secius exercitationẽ uocari debuisse, atq. debere, quam in gymnasijs actum. nam ambulationes per uias, pilae lusus, iaculationes, & similia quis sanae mentis non uocet exercitationes? etiam si ruri, & in uicis efficiantur, dummodo ceteris conditionibus minime careant? qua re ita sese haben
C te, etiam ad gymnasticam facultatẽ de exercitationibus omnibus siue in gymnasijs fiant, siue extra, tractationem spectare dicendum erit, eo magis, quod Galenus alioqui uerborum proprietatis obseruantissimus etiam in aquis γυμνασικὰς παιδάσς a pueris tempore suo exerceri solitas fuisse in 4. de loc. affect. libro scriptum reliquit.

De Gymnasticae medicinae diuisione. Cap. II.

TRACTATVRI medicinae gymnasticam, quid sit exercitatio, declarare coacti; fuimus ordini autem nunc nobis proposito ualde consentaneum est, gymnasticam ipsam partiri; ex qua diuisione sese clarum offeret iter, quo ad inueniendas exercitationum omnium singulas antiquis vsitatas species incedamus. Quod enim huiusce gymnasticae uerum,

atque praecipuum principium a natura acceptũ sit, animantia bru- D
2. de leg. 2. de tu. va. ta fidem facere merito scripserunt & Plato, & Galenus: siquidem illa statim ac in mundanã hanc lucem ueniunt, sese mouere, agitare, ac saltare conspiciuntur: veluti quoque pueri factitant, qui tametsi in hoc brutis imbelliores ad fruendum hac uita exeant, nihilominus & ipsi, quantum conceditur, sese mouere nituntur; atque ex motibus non parum voluptatis accipiunt. qui motus postmodum crescentibus annis dum cõdiciones supra descriptas recipiũt, nil aliud plane sunt, nisi ipsissima facultatis gymnasticae opera: vt omnino dicere cogamur ipsam, si non a natura factam, saltem secundum naturae propensionem esse. Huiusce facultatis cum Plato duas primarias, atque uniuersales partes effecerit; proinde allatam ab ipso gymnasticae diuisionem in mediũ proponemus, non quod sub ipsa omnium exercitationum species apposite contineantur, E
sed quod a nullo alio artem hanc melius diuisam hucusque uidere contigerit. neque nos quisquam reprehendere debet, quod in pluribus Platonis, quem medicum nemo sanus reputat, auctoritatem in tractanda re medica tanti faciamus: quando Galenus ille, cui nõ minus medici, quam Pythagorae eius discipuli credere tenentur, scriptum reliquit, Platonem Hippocratis imitatorem fuisse, nec vsquam ab illius placitis recessisse: nam Galenum hoc in loco sequi non possumus, quoniam, ubi similem diuisionem aggressus est, exercitationum potius, quam ipsius artis partitionem instituisse videtur. Plato igitur libro de legibus. vii. cum demonstrasset sinistras manus a natura nihilo dexteris imbecilliores effici, atque earũ apparentem debilitatem potius consuetudini, exercitationique, quam naturali defectui adscribendam fore, tradit ad eos pertinere, F
qui pueris alendis, ac educandis praeficiuntur, ut eos sinistris etiam exercendis assuefaciant. postea docens quae sint illae disciplinae, ductu quarum pueri excoli debeant, alteram musicam ex ijs esse, alteram gymnasticam scribit: gymnasticae rursus duo membra facit, unam τὴν πάλην, alteram τὴν ὄρχησιν appellat: atque ὀρχήσεως alteram esse dicit eorum, qui res turpes motibus imitantur, alteram eorum, qui bonae corporis habitudini, agilitati, membrorumque pulchritudini operam nauant. Quo in loco tametsi Plato de gymnastica bellica dumtaxat sermonem habere uideatur, nihilominus eadem fere est ac medicinae gymnastica, fine solum differens, nec prorsus fine, eo quod Plato quoque bonum corporis habitum parare, valetudinemque conseruare intendit, sicut medicus, sed alium finẽ addit, nempe ut eius exercitationis ope ad bella gerẽda

aptiores

A aptiores homines euadant. Nos itaque dicamus secundum Platonem gymnasticam diuidi in saltatoriam, atque palaestricam, sub nomine palaestricae intelligētes uniuersam illam exercitationum seriem, quae uel in palaestra gymnasiorum, vel in loco palaestrae uicem gerente peragebantur. Cum enim gymnastica facultas quaedam exsistat, ut saepius diximus, quae & naturam, qualitatesq. exercitationum noscit, & eis utendi modos, ac regulas sanitatis, aut boni habitus gratia praescribit, cunctae fere exercitationes cum arte factae, quae nil aliud sunt, quam motus quidam humanorum corporum, aut a saltatoria, aut a palaestrica describuntur, praefiniunturque, id quod forsan Galenus innuere uoluit, quando in secundo libro de musculorum motu scriptum reliquit: ὀρχηστικοὺς καὶ παλαιστικοὺς solos facile crura flectere: neque enim sum nescius (vt B paullo ante dixi) minime hanc gymnasticae diuisionem perfectam exsistere, neq. ab illa singulas exercitationum species comprehendi posse, quoniam ambulatio, equitatio, & similia gymnasticae exercitationes sunt, nihilominus saltatoriae aut palaestricae nequaquam subsunt. Attamen hanc etiam ueluti antiquam, & a grauissimo auctore traditam aliqua ex parte sequemur. quod si nos etiam eam magis illustrantes dixerimus gymnasticam duplicem esse, alteram, quae motus hominum a seipsis factos solum, alteram, quae motus ab alijs factos contemplatur, atque primam tum in palaestricam, tum in saltatoriam diuidi, non modo cum Platone sentiemus, uerumetiam ipsius rei ueritatem fortasse assequemur; si quidem nullam exercitationem poterit quis cogitare, quam sub aliqua praedictarum specie contineri non ostendamus. Nec quidC quam sententiae nostrae obstabit, quod Galenus in libro qui ἰατρὸς inscribitur, (si is est Galeni genuinus, aut potius, quod alij credunt, Herodoti medici) sub alio artis genere palaestricam, & orchesticam, sub alio medicinam, cuius partem gymnasticam effecerunt ueteres, collocarit; quia ibi loquitur de saltatoria, quae erat histrionicae species, ut inferius declarabimus, & non de qua nos loquimur; similiter & de palaestrica uitiosa, quam athleticam nos uocamus, & omnino a medicina alienam cum Galeno statuimus; non autem de palaestrica, neque de saltatoria a Platone, & a nobis intellectis.

De Saltatoria. Cap. III.

D

CVM itaq. gymnastica tota in eam diuidatur, quae motus hominũ a seipsis, & quae ab alijs factos speculatur, atque prima adhuc in saltatoriam & palaestricã partiatur, ne cõfusa euadat tractatio nostra, primo saltatoriã, deinde palaestricam omnes in palaestra, uel loco simili actas exercitationes complectentẽ explicabimus, postremo eã, quae circa motus ab alijs factos versatur, gymnasticam adnectemus, quibus tractatis uniuersa gymnastica nota fiet. Saltatoriae igitur, siue ὀρχήσεως, tres species Homerum nouisse, qui eius libros lectitarunt, intelligere facile possunt. Prima est cubistica, quã Xenophon, atq. Suidas scribunt fuisse artẽ quandam, qua homines uarijs modis pedes, ac manus contorquentes in caput saltabant, quomodo ẽt tẽpestate nostra circulatores nonnulli faciunt, qui lucri gratia homines decipiẽtes uarias vrbes comoedijs recitãdis pererrant; hãc, κυβίστημα uocauit Lucianus, & in glossario habetur, cernulat κυβιστᾷ, quã uocem ẽt usurpauit Seneca Epist. 8. etsi cernuat plures codices habeant. Secunda species est sphaeristica, siue pilae ludus. nã qđ ludentes pila saltarent, praeter Homeri testimoniũ, qui sexto Odysseae de Nausicaa haec tradit: E

σφαίρῃ τε γὰρ ἔπαιζον ἀπὸ κρήδεμνα βαλοῦσαι
τῇσι δὲ Ναυσικάα λευκώλενος ἤρχετο μολπῆς.

idest: *Ludebant pila, vittis vellisque remotis,*
Atque his Nausicaa ob niueas spectabilis vlnas
Principium ludo dabat.

testatur quoque Athenaeus ex auctoritate Demoxeni, sicuti inferius indicabimus. Tertia species est ὄρχησις simpliciter dicta, nos simpliciter saltationem dicere possumus. Tota hac orchestica quãuis maiores nostri ut plurimum ad uoluptates, ac lasciuiam potius, quam ad aliud uterentur, qui mos etiam usque ad haec tẽpora perdurat, nihilominus gymnasticam bellicam, athleticam, atque medicam illa quoque prorsus non caruisse constat, sicut nec ceteras exercitationes ab ulla ferè harum trium omissa fuisse demonstrabo, ubi in singulis exercitationum speciebus declarandis, quo modo unaquaeque gymnasticae illis separatim usa sit, indicare conabor. Bellicam enim absque saltatoria non fuisse, locupletissimum testem Platonem habemus, qui in septimo de legibus saltationem in tres diuisit, militarem, paci aptam, atque mediam; militaremque vocauit eorum, qui modo exsilitionibus in altum, modo depressionibus, modo inclinationibus hostilium incursuum in F

A uasiones, euitationesq., imitabantur; quiq. figuris uarijs iaculatores, & percussores simulabant; atq. hanc tanti fecit, ut uoluerit in Republica magistros haberi, qui mercede publica conducti uiros simul, ac mulieres hanc edocerent, arbitratus hac una non parũ adiumenti accessurum ad adipiscendã militarẽ peritiã. & nobilis author Quintilianus lib. 1. inst. c. 2. testatur Lacedaemonios saltationẽ quandam tamq̃ ad bella utilem inter exercitationes recepisse. Quod uero athletica gymnastica inter ceteras exercitationes habuerit aliqñ saltationes, cõprobari potest ex Plinio, qui Stephanionẽ togatae saltationis primũ inuentorem vtrisq. saecularibus ludis, & D. Augusti, & Claudij Caesaris saltasse memoriae prodidit: quemadmodũ & Plato loco nuper citato saltationẽ a nobis mediã, ab ipso ἀμφισβητησίμην nũcupatã in sacrificijs, atq. expiationib. fieri solitã, q̃ a Mãtinensibus, & Arcadibus corã Cyro factã refert Xenophon, tradens, aperte insinuare uidetur, athleticã, cuius & ludos & sacrificiorũ celebritates esse iã decreuimus, saltatoriã habuisse. Gal. porrò nec medicinae gymnasticã saltationes a se respuisse tamq̃ sanitati, & bono habitui inutiles plane confitetur, quandoquidẽ in secundo περὶ ὑγιεινῶν multos imbecilles ualetudini restitutos a se luctis, pãcratijs, saltationibus, atq. alijs huiuscemodi exercitationib. refert. id qđ Antyllus pariter testatum fecit, ubi inter ceteras exercitationes hominibus ad sanitatẽ conferentes hanc ponit, mediamq. inter choreã, & umbratilem pugnam naturam retinere, & ob id pueris, mulieribus, atq. senibus, quorum corpus mirum in modũ imbecillum, & gracile est, conducere scribit. An uero haec ea sit saltatio, quam Plato εἰρηνικὴν, siue paci aptam nuncupauit, quamq. animi in prosperitatibus, & in moderatis uoluptatibus temperati exsistere scripsit, haud tuto affirmare audeo, sat sit nobis hactenus ostendisse nullum gymnasticae genus hac saltatione caruisse, in quam, & in palaestricam exercitationum artem a Platone diuisam esse iam diximus.

(Margin notes: li. 7. c. 48. — B — libro 6. de Cyr. Exe. — cap. vltim. — Orib. 6. — C)

De Sphaeristica. Cap. IV.



SALTATIONEM in cubisticam, sphaeristicam, & orchesticam, siue communi nomine uocatam saltationem diuisimus, quarum unaquaeq. iam nobis fusius declarãda foret. Sed quoniam de cubistica ab auctorib. pauca admodum tradita reperiuntur, omissa illa, reliquas duas prosequemur. Atque primo sphaeristica sese offert, quae tametsi Homeri temporibus simplicior esset, attamen posterioribus saeculis miram

uarietatem acquisiuit, ita ut & ipsa in gymnasijs tam locum σφαι-D
ριστήριον, quam praefectum σφαιριστικὸν vocatum habere meruerit.
Quis vero primus sphaeristicam hanc, siue pilae ludum inuenerit,
l.7.c.56. scriptores diuersa sentiunt. Plinius inter Latinos Pytho cuidam
hunc acceptum refert. Agalis Corcyrea grammatica Nausicaam
ludi pilae inuentricem, sed ignoro qua ratione, apud Athenaeum
facit: Hippasus Lacedaemonijs, Dicaearchus Sicyonijs inuentum
istud attribuerunt. Ex quo fit, vt certi quidquam sentire nequea-
mus, & eo magis quod Timocratis Laconis, aliorumue de hoc lu-
do commentaria non habemus, quibus fortassis & tantae uarieta-
tis rationem intelligere, & incognita prope ludēdi pila genera cer-
tius cognoscere possemus. in quibus explicandis cum huc usq. scri-
ptores non parum confusi fuerint, atque interdum a ueritate longe
recesserint, nos, quantum fieri poterit, tractationem hāc clariorem, E
minusq. antiquorum scriptis repugnantem efficere studebimus. Pi-
la itaque ludendi genera quatuor duntaxat apud graecos exstitisse
reperio, μεγάλην σφαῖραν, μικρὰν σφαῖραν, κενὴν σφαῖραν, καὶ κώρυκον, siue
paruam pilam, magnam, atque pilam inanem, & corycum, repono
corycum inter pilae genera, quod licet Galenus, Oribasius, & Paul-
lus ab illis secreuerint, instrumentum illud, ut demonstrabimus,
uel pila erat, uel pilae assimile. Paruae lusus secundum Antyllum
tres species diuersas habuit. prima erat, pila ualde parua, in qua qui
exercebantur, corpore maxime elato ludebant, & colludentes ma-
nus manibus proxime admouebāt. secūda erat pila maiuscula, qua
cubitos cubitis ludendo immiscebāt, nec corporibus mutuo haere
bant, nec annuebant, sed uarijs modis mouebantur, & propter ua-
rios pilae iactus huc, atque illuc digrediebantur: tertia erat pila ad- F
huc maior secunda, in qua homines inter se distantes ludebant, &
in qua cum stataria, ac motoria pars esset, qui manebant, pilā emit-
tebant cum uehementia, & concinnitate. inter has species adnu-
merari debere genus illud iudico, quod penes Athenaeum ἁρπα-
στὸν & φαινὶς uocatur, tum quia a Galeno in libello de paruae pilae
ludo simul cum alijs id quoque explicatum habetur, tum quia Cle-
3. paedag. cap. 10. mens Alexandrinus, scriptor grauissimus, ubi demonstraret ludum
paruae pilae, & praesertim φαινίνδα, exercitationem esse uiris ualde
accommodatam, eam paruae pilae speciem fuisse hac oratione cla-
rum facit: οἶδα καὶ σφαίρῃ τῇ μικρᾷ παιζόντων τὴν φαινίνδα παιδιὰν ἐν ἡλίῳ
μάλιστα. quod & a Polluce confirmatum inuenitur, ubi etiam har-
pastum uocatum innuit. huius etenim inuentorē exstitisse Phanae-
strium paedotribam, scripsit Iubas Maurusius, cuius item descri-
ptionem

A ptionem Antiphanes in hunc modum attulit: Σφαῖραν λαβὼν, τῷ μὲν διδοὺς ἔχαιρε τὸν δ' ἔφυγ' ἅμα. τὸν δ' ἐξέκρουσε, τὸν δ' ἀνέστησον πάλιν κλαγκταῖσι φωναῖς. Vocauit autem Antiphanes ludũ istum Φενίνδα, ἀπὸ τῆς ἀφέσεως τῶν σφαιριζόντων, quasi sic ludentes sibiipsis pilam mutuo mandarent: nisi ἐφετίνδα legatur, vt nonnullis placuit ex Eustathio corrigendum, vel sic vocata est a Phennido primo inuentore, aut ἀπὸ τοῦ φενακίζειν, idest, a decipiendo, quoniam alio simulantes in aliam partem mittunt, decipientes credulum, sicuti memoriae prodidit Pollux; apud quem legitur, episcyrum lusum fieri solitum, ubi paribus ad pares in duas turmas dispositis, media linea educebatur, quam scyrum vocabant, cuiq. pilam impositam quisq. contendebat, ut intra alias duas lineas post vtrorumq. ordinẽ descriptas aduersariorum, metas scilicet, immitteret, nimirum quibus contactis a pila ui-
B ctoria haberetur. nam lusores dum pilam capiebant, atque alteri mittebant, alterum fugiebant, alterum expellebãt, alterum magnis vocibus eleuabant, siue euertebant, verisimile fit spectatores, atque etiam seipsos magna delectatione affecisse, eo magis, quod interdum motuum concinnitati operam dabant. vnde Demoxeni con- Athenae. 1. Dipnosophist.
cinnitatem, laetitiamq. ex tali ludo partam apud eundem explicaturus haec prodidit: Νεανίας τις ἐσφαίριζεν ὢν ἐτῶν ἴσως ἑπτακαίδεκα, Κῶος (θεοὺς γὰρ φαίνεθ' ἡ νῆσος φέρειν) ὃς ἐπεί ποτ' ἐμβλέψειε τοῖς καθημένοις, ἢ λαμβάνων τὴν σφαῖραν, ἢ διδοὺς, ἅμα πάντες ἐβοῶμεν, ἡ δ' εὐρυθμία, τό τ' ἦθος. ἥ τε τάξις, ὅση ἐν τῷ τι λέγειν ἢ πράττειν ἐφαίνετο. τέρας τι κάλλους. ἄνδρες, οὔτ' ἀκήκοα ἔμπροσθεν, οὔθ' ἑώρακα τοιαύτην χάριν. Κακὸν ἄν τί μ' ἔλαβεν, εἰ πλείω χρόνον ἔμεινα, καὶ νῦν δ' οὐκ ἐμοὶ ὑγιαίνειν δοκῶ. idest, Iuuenis quidam annis fere decem, & septẽ natus pila lusit, Patria erat Cous (nã
C illa insula Deos producere uidetur) qui cum in sedentes intueretur vel pilam capiens, vel tradens, omnes simul clamabamus: quãta autem concinnitas, ordo, ac venustas, dũ aliquid diceret, aut faceret, supra omnem pulchritudinẽ exsistit. O viri neq. vmquam antea audiui, neque talem uenustatem uidi, certe aliquid mali cõtigisset mihi, si diutius ibi permansissem, neque multum mihi sanus uideor. Ex quibus Demoxeni verbis pilae lusores compte, & concinniter ludere solitos perspicuum efficitur. Hac itaq. sunt pilae paruae species, de quibus a Graecis mentionem habitã scio, & in quibus Epigenes philosophus, nec non Ctesibius Chalcidensis philosophus, quo cum multi ex Antigoni regis familiaribus ludẽdi gratia exsuebantur, multum excelluisse dicuntur. Atqui Pollux alia pilae paruae ludorum genera proponit, Aporraxim, & Vraniam, in quo scilicet sese reclinantes pilam in coelũ proijciebant, & antequã ter-

ram attingeret, excipiebant. Coeterum pilam magnã duos quoq. D
ludendi modos non solum ex ipsius pilae magnitudine, uerũ etiam
ex manuũ figura a superioribus diuersos effecisse, Oribasius ex An-
tyllo testatur, quorum unus erat ludentium magna, alius maiore,
hoc tamen ambo commune possidebant, vt sicuti in coeteris prae-
dictis lusores summas manus sẽper humeris humiliores, ita in hac
semper capite altiores tenerent, quandoq. etiam summis pedibus
ambulabant, ut manus altius extollerent, quandoq. saltabant, cum
scilicet pila super eos ferebatur, in qua proijcienda vehemẽter bra
chia agitabant. Inanis porrò, siue vacua, quod tertium pilae genus
fecimus, qualis fuerit, haud satis explicatum habetur: si quid tamen
coniectura ex Antylli verbis assequi licet, credo hanc pilã, quemad
modum & coeteras, ex corio cõsutam fuisse, in hoc ab alijs differen
tam, quod illae uel pluma, uel alia materia; haec solo vento, siue E
aere plena foret, atq. tantae magnitudinis, ut ipsa difficulter lude-
retur. Corycus uero quis esset, quomodoue ludus ille perageretur,
cum Antyllus apud Oribasium clarissime expresserit, eius ora-
tionem huc traducere statui, quae ita in Vaticano codice se
habet. Κώρυκος ἐπὶ μὲν τῶν ἀσθενεστέρων ἐμπίπλαται κεγχραμίδων,
ἢ ἀλεύρων, ἐπὶ δὲ τῶν ἰσχυροτέρων ψάμμου, τὸ δὲ μέγεθος αὐτοῦ πρός τε δύνα-
μιν, καὶ ἡλικίαν συναρμοζέσθω, κρεμάννυται ἐν τοῖς γυμνασίοις ἄνωθεν ἐξ
ὀροφῆς ἀπέχων τῆς γῆς τοσοῦτον, ὥστε τὸν πυθμένα κατὰ τὸν ὀμφα-
λὸν εἶναι τοῦ γυμναζομένου, τοῦτον διὰ χειρῶν ἔχοντες ἀμφοτέραις αἰωροῦσι,
τὴν μὲν πρώτην ἡσύχως, ἔπειτα σφοδρότερον, ὥστε ἐπεμβαίνειν ἀποχωροῦντι
αὐτῷ, καὶ πάλιν προσιόντος ὑπείκειν ὠθουμένους ὑπὸ τῆς βίας, τὸ δὲ τελευ-
ταῖον ἀφιᾶσιν αὐτὸν ἔξω τῶν χειρῶν ἀπώσαντες, ὥστε ὑποστρέψαντα σφοδρότε-
ρον ἐμπίπτειν σώματι ἐκ τῆς προσελεύσεως, τὰ δὲ ὕστατα τὰ ἐπὶ πλεῖστον οἰκί- F
σαντες αὐτὸν ἀποπέμπουσι, ὥστε ἐκ τῆς προσόδου, εἰ μὴ σφόδρα προσέχοιτο ἀπο
στρέφεσθαι. ποτὲ μὲν ἐν ταῖς χερσὶν ἀντιβαίνουσιν αὐτῷ προσιόντι, ποτὲ δὲ τῷ
lib. 6. coll. στέρνῳ τὰς χεῖρας ἀναπετάσαντες, ἄλλοτε ἀποστρέφοντες κατὰ μετάφρενον. i.
„ Corycus in corporibus imbecillioribus grano ficulneo, aut farina,
„ in robustioribus arena impletur: eius uero magnitudo ad uires cor-
„ poris, & ad aetatem accommodatur, suspenditur autem in gymna-
„ sij superne e culmine, tantumq. a terra distat, ut fundum ad eius
„ qui exercetur vmbilicum pertineat, hunc vtrisq. manibus tenen-
„ tes qui exercentur, primum quidem quiete, postea uero uehemen-
„ tius gestant, ita ut ipsum recedentem consequantur, & iterum re-
„ deunti cedant violentia compulsi, postremo vero cum e manibus
„ reijcientes emittunt, ut cum reuertitur, uehementius corpori ad-
„ uentu suo occurrat, ad extremum uero in sedem suam saepissime
restituendo dimittunt, ut ex congressu si non ualde aduertant, re-
trocedat,

A trocedat, ex quo fit, ut quandoq. manibus occurrant, dum propin-„ quat, quandoque uero pectore manibus passis, quandoque vero ijs „ ad terga revolutis. Hactenus Antyllus. qui tametsi figuram Coryci ut pote omnibus tunc temporis notam non exprimat, coniectura ta men assequi possumus, & ipsum sphaericum, aut saltem rotundum ex materia coriacea exstitisse, alioqui si angulare fuisset in occursu, & manus, & pectus non sine laesione percussisset. Haec autem si uidisset Fuchsius, sane intellixisset, Valeriolam non sine ratione aduersus ipsum contendisse, follem, & corycum paullo minus, quam coelum, & terram distasse. Neque etiam satis mirari soleo antiquissimum scriptorem Caelium Aurelianum, qui lib. v. tard. pass. cap. vlt. dicit variam uolutationem in palaestra esse uocatam à Graecis celadian, atq. coricomachian, nisi sit in codice depra-
B uatissimo error, vt puto. De hoc intelligendum est adagium illud, πρὸς κώρυκον γυμνάζεσθαι quo genere certamins Apuleio in Thessalia certatum est. De hac quoq. exercitatione verba fecit Hippocrates, siue Polybus, ubi κωρυκομαχίαν, falso a Cornario follem interpretatam, ad attenuandum corpus probauit: quemadmodum & eandem intellexit Aretaeus, ubi pro elephanticorum exercitationibus κορυκοβολίας probauit, quas bonus ille interpres, nescio quo spiritu, perae, aut sacculi iactus, inepte satis transtulit. Eandem quoq. intellexisse Coelium Aurelianum existimo, cum ad polysarciam diminuẽdam corycomachiam (sic enim legendum est) commendauit ijsdẽ prope remedijs vsus, quæ ab Hippocrate loco citato proposita sunt. vnde argumentatus sum, Auctorẽ sicuti cetera, ita & corycomachiã
C ab Hippocrate mutuatũ esse. quamuis textus iudicio meo deprauatus sit. Locum vbi ludebatur, Coryceum apud Vitruuium appellari, censuerunt aliqui: quorum sententiam postquam in superioribus refutauimus, nil aliud dicendum est. Atq. haec de quatuor pilae ludi graecorum generibus, videlicet pila parua, pila magna, pila inani, & coryco. quae omnia diuersa inter se exstitisse, non modo ex descriptionibus nuper allatis manifesto constat, uerum etiam ex Galeni verbis in secundo de tuenda ualetudine scriptis: vbi inter caeteras gymnasiorum exercitationes corycum, pilam paruã, & pilam magnã, separatim recenset, sicut & Paulus Aegineta ipsum imitatus. quod profecto non fecissent, nisi quaedã inter se diuersa exstitissent pilarum genera, & diuersae etiam cum ijs factae exercitationes. Quae nunquid omnes in Graecorum gymnasijs exercerentur, parum scire refert. sat sit intelligere, medicam gymnasticam, atque bellicam, & praesertim pueris edocendis incumbẽtem pilarũ exercitationes

citationes vſurpaſſe, neque ad valetudinem,ac agilitatem compa- D
randã,augendamue eas ceteris inferiores exiſtimaſſe. atque ad hoc id maxime facit quod Euſtathius ſcripſit ad Xodyſs. Herophilo me dico poſitam fuiſſe ſtatuam ac prope eã inter alia gymnaſticae inſtrumẽta ẽt pilam. Admirari aũt nemo debet, ſi nos in ſuperioribus ludos inter athleticas exercitationes repoſuimus, & ſubinde multas quoq. bellicas,medicasq. exercitationes ludos vocamus,vt nuperrime de pila dictũ eſt a nobis: quoniã & veterũ, & recentiorũ tã Graecorũ,q̃ latinorũ loquendi mos obtinuit,vt multas exercitationes παιδιὰς,& ludos vocarent,aut quod a pueris q. παῖδες Graece dicuntur,vt plurimũ fierent,aut qđ illi,q. exercentur,non ſerio,ſed ioco agere videantur,ſiue gratia ſanitatis,ſiue alterius rei id efficiant. ludi vero,quos athleticae eſſe nos dicimus, ita proprie uocabãtur, quoniam ſolatij,& voluptatis ſolius gratia in otijs feſtiuis agebãtur. E

De Pilae ludo ſecundum Latinos. *Cap. V.*

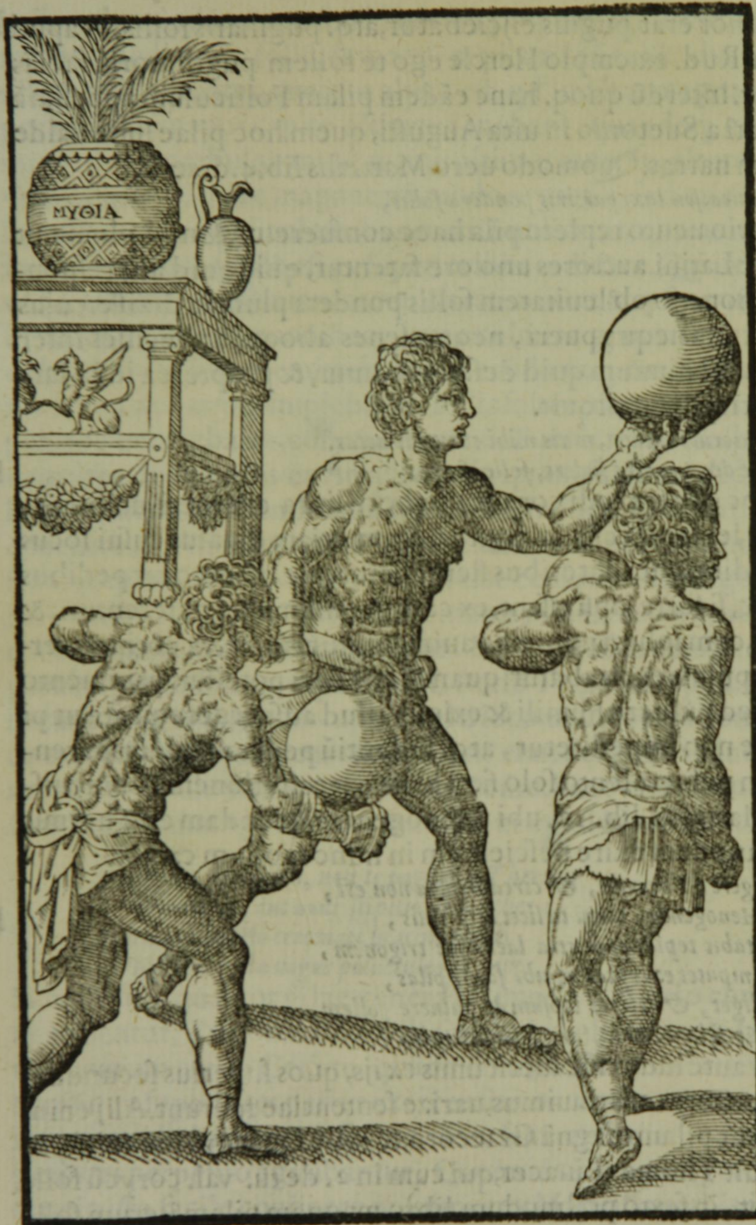
POSTQVAM pila ludendi Graecis uſitata genera ſatis explanauimus,ſupereſt & ea quae a Latinis; & in vſu habita,& ſcriptis tradita reperiuntur,explicare:vnde,in quibus ambo conuenerint, & in quibus diuerſi fuerint, perſpicuum futurum ſpero. Quatuor igitur fuiſſe pilae genera etiã apud Latinos,quibus ludebant,inuenio,follem, trigonalem, paganicam, & harpaſtum, quae omnia ſub nomine Italicae ſphaerae a Coelio Aureliano medico complexa nonnulli credunt. Follis erat pila magna ex aluta confecta, ſoloq. uento repleta, quae ſi maior erat,brachijs impellebatur, & ſimpliciter pila interdum nuncupa- F
batur,ut apud Nonium ex Varrone,Purgatum ſcito,quoniam uidebis Romae in foro ante ianuas pueros pila expulſim ludere; & apud Propertium lib.3.

Cum pila veloces fallit per brachia iactus.

interdum quoq. pila velox, ut apud Horatium Sat.lib.2.Sat.2.

Seu pila velox
Molliter auſterum ſtudio fallente laborem,
Seu te diſcus agit.

Huiuſmodi etenim pilae exercitationem licet uidere in Gordiani tertij Imp. Rom. nummis, quos hic depictos adpoſuimus,& ex quibus conijcere licet, unumquemque luſorum propriam pilam habuiſſe, atque eum ludum in ſacrificijs Pythijs apud Apolloniatas adhibitum eſſe,ut tum ex uoce ΠΥΘΙΑ tum ex palma, atque ſacrificatorijs uaſis colligere non eſt difficile.


ΜΥΘΙΑ

Si vero minor erat,pugnis eijciebatur,atq. pugillaris follis, vt apud D
Plautũ in Rud. extemplo Hercle ego te follem pugillatoriũ faciã; uocabatur. Interdũ quoq. hanc eãdem pilam Folliculum appellatã credo,ſicuti a Suetonio in uita Augusti, quem hoc pilae ludo ualde delectatum narrat. Quomodo uero Martialis lib.4.dixerit.

Plumea,ſeu laxi partiris pondera follis,

cum ex corio uento repleto pila haec conſueretur,& non pluma,ut omnes fere Latini auctores uno ore fatentur, quidquid alij reſpondeant,opinor ego ob leuitatem follis pondera plumea dixiſſe. cuius leuitatis gratia neque pueri, neque ſenes alioqui imbecilles inter ludendum vel nimium quid defatigabantur, & propterea idẽ Martial.alibi ſcriptum reliquit.

lib.14. *Ite procul iuuenes, mitis mihi conuenit aetas.*
Folle decet pueros ludere, folle ſenes, E

Nam ut hoc genere ludi corpora imbecilliora exerceri ualerent, non modo leuis pila efficiebatur, uerum etiam dicatus luſui locus nullis lapidibus aut lateribus ſternebatur, ne laberentur pedibus ludentes,&, ſi forte lapſi eſſent, ex caſu damnum non paterentur; & propterea,cum ſolum minime pauimentatum foret,ex cõtinuo terrae attritu puluis excitabatur: quamq̃ etiã fieri poteſt,ut pauimento luderent,ſed puluere humili & exiguo illud adſpergeretur,ita ut pilam reſilire non impediretur, atq. ludentiũ pedes magis firmarentur. Nam in puluerulento ſolo fieri hanc exercitationem conſueuiſſe,innuit Martialis lib. 12. ubi Menogenem quendam ex Thermis ob delectationem exire neſcientem in hunc modum carpit.

Effugere e Thermis, & circa balnea non eſt,
Menogenen, omni tu licet arte velis, F
Captabit tepidum dextra laeuaque trigonem,
Imputet exceptas ut tibi ſaepe pilas,
Colliget, & referet lapſum de puluere ſollem,
Et ſi iam lotus, iam ſoleatus erit.

Numquid autẽ ludus iſte fuerit unus ex ijs, quos ſuperius ſecundum Graecos auctores enarrauimus,uariae ſententiae fuerunt. Alij enim crediderunt pilam magnã Graecorũ,& follẽ Latinorũ idẽ fuiſſe, inter quos fuit Thomas Linacer,qui cum in 2. de tu. val. corycũ follẽ traduxiſset, in ſexto poſtmudum libro magnam pilam iterum follẽ
2.de tu.ua. tranſtulit, quaſi corycus, & pila magna non differret apud Galenũ, qui expreſſe & pilã paruam, & magnã,& corycũ diſtinxit. Alij maluerunt corycum Graecorum,follẽ Latinorũ fuiſſe: atq. hanc opinionẽ maior pars recentiorum ſcriptorum habuit, inter quos fuere quidam, qui apud Oribaſiũ caput Coryci, de folle pugillatorio in-

ſcriben-

A scribendum iudicarunt. sed hi oẽs magnopere hallucinantur:& primo, qui crediderũt follẽ, & magnam pilam idẽ fuisse, duabus rationibus redarguuntur, quarum altera est, qđ ludẽtes magna pila semper summas manus capite altiores tenebant, quandoq. etiam summis pedibus ambulabant, ut manus altiores tenerẽt: altera est, quod Oribasius ludũ pilae magnae nõ modo aegrotis, sed etiam cõualescentibus, atq. bene ualentibus inutilẽ iudicauit, quorum neutrum habuisse follem, facile est ex superioribus iudicare. Qui uero follem corycum fuisse existimarunt, multis rationibus & ipsi errasse deprehenduntur. Primo, quoniã corycus e culmine gymnasiorum suspendebatur, follis libere emittebatur. Secũdo corycus ficulneo grano, aut farina, aut arena implebatur, follis solo vento. Tertio follis in puluere exercebatur, corycus uero nõ. Fuerũt itẽ qui follẽ pilã inanem superius a nobis ex Antyllo descriptam fuisse crediderũt. quibus ego libenter assentirẽ, nisi Martialis dixisset, follẽ mitiori aetati cõuenire, & Antyllus pilae inanis exercitationẽ non admodũ facilẽ, neq. aptam, & ideo omittendam esse censuiset. Colligo igitur ex his omnibus, quod cũ follis, neq. inanis pila Graecorũ, neq. magna eorundẽ, neq. corycus fuerit, eum illos ignorasse. nemo enim est, q paruam pilam follem reputauerit. Porrò Trigonalis pila, qua ludebatur, parua erat, ita nuncupata uel a loco, ut uoluerũt nonnulli, ubi ea exercebãtur, qui locus triangularis erat; uel potius a ludẽtiũ (qđ magis credibile est) numero, figura, & situ. hanc esse aliquando pilã simplici nomine appellatam inuenio, ut apud Martialem lib. vij.

B

Non pila, non follis, non te paganica Thermis
Praeparat, aut nudi stipitis ictus hebes:
Vara nec iniecto ceromate brachia tendis,
Non harpasta uagus puluerulenta rapis.

C

Si enim sola quatuor pilae genera facimus, necessario cum ceterae nominentur, Trigonalis sub pila simplici cõplectetur: de hac similiter locutum credo Celsum, quãdo dixit, ab aluo citata uexatis pilã, lib. 1. c. 6. & reliqua superiores partes exercentia conuenire, quoniam in huiuscemodi ludo partes inferiores fere semper firmae manebant, superiores perpetuo agitabantur. Quomodo uero perageretur exercitatio ista, facile conijcere posumus ex Martialis uerbis, in quibus demõstrat, lusores ita triãgulari situs figura colludere solitos, ut manibus utrisque modo sinistra, modo dextra pilam uicissim expellere, & excipere ualerent, ne unquam caderet. in quo summã ludentium laudẽ fuisse uerisimile fit, sicut in lib. 7. ubi Polybum quendã laudat ob agilitatem sinistrae manus in iacienda, excipiendaq. pila.

Sic

D

Sic palmam tibi de Trigone nudo
Vnctae det fauor arbiter coronae,
Nec laudet Polybi magis sinistras. & libro.12.
Captabit tepidum dextra, laeuaque trigonem. & libro.14.
Si me mobilibus scis expulsare sinistris
Sum tua, si nescis, rustice redde pilam.

Ex his mehercle patet consueuisse trigone ludentes a se inuicē modo mittere, modo excipere pilam, modo sinistris, modo dexteris, eo prope modo, quo nostrates pila parua supra funiculum ludunt, & quo etiam Antyllus tertium paruae pilae lusum descripsit. Cur vero Mart. tepidum trigona dixerit tum loco supra citato, tum lib.4.

Seu lentum ceroma teris, tepidumue trigona:

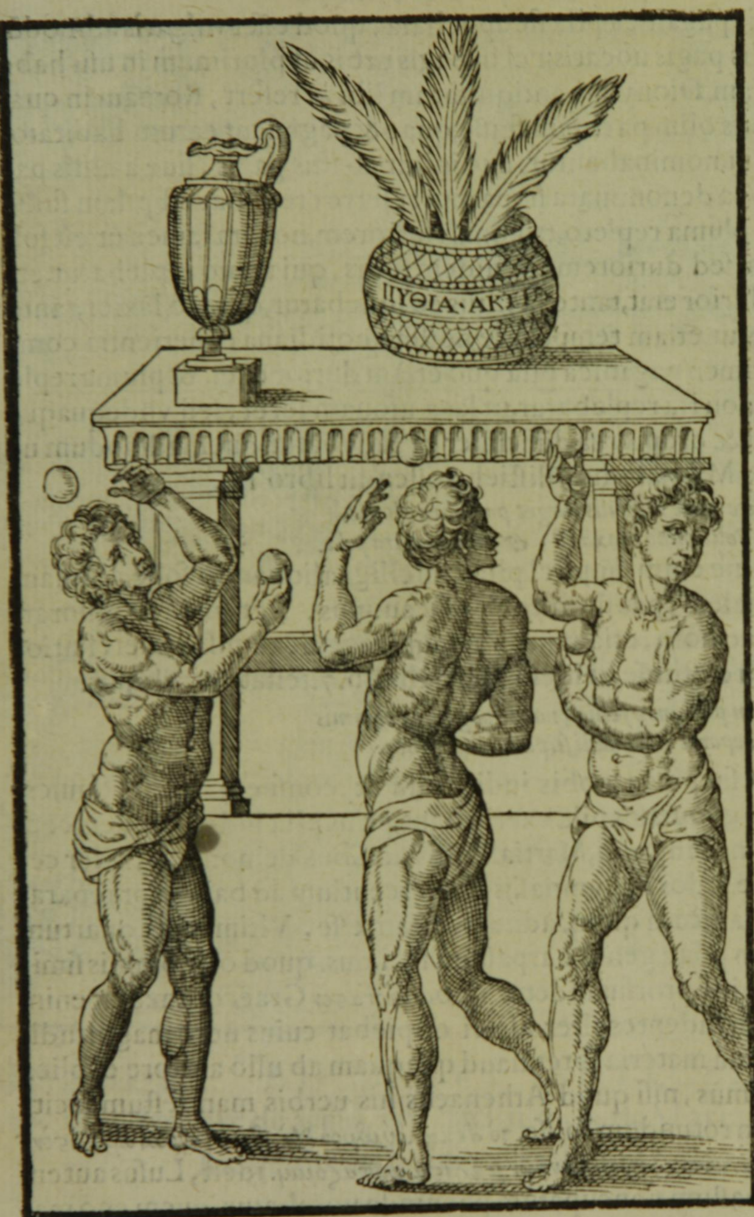
haud satis mihi constat. attamen, si quid diuinare conceditur, dicerem propterea trigona tepidum dixisse, uel quod homines ludendo, ob uehementem utriusque manus laborem, & assiduo motus pilae tenore magis incalescerent: uel quod locus, vbi ludebatur tepidario in gymnasijs uicinus foret, & propterea ludentes tam loci, quam pilae teporem quendam perciperent. ita uero fuisse, uerisimile uideri potest: cum supra tum ex Galeni, tum ex Martialis sententia demonstrauerimus, post pilae ludum statim consueuisse balnea calida ingredi. Nisi malimus dicere, poetam trigona tepidum dixisse, quia ex continuo motu pilae in manibus ipsa tepida euadebat, eo modo, quo Propertius lib. 1. in Elegia Ianuae conquerentis, dixit Tepidum limē, quod ex cōtinuo supra ipsum statu tepesceret.

Nulla ne finis erit nostro concessa dolori,
Turpis, & in tepido limine somnus erit?

E

Exēplum trigonalis pilae mihi uidetur illud, quod in nummis M. Aurelij Antonini apud Byzantios excussis hūc in modum apparet. Quem itē ludum in sacrificijs Apollinis Pythij Actiaci adhiberi solitū, memoriae proditū est. de hac pila quae dicit Seneca 2. de ten. f.c.19. esse intelligenda putant aliqui. Eundem propè aut similē paganicae pilae lusum describi existimo à Petronio arbitro in satyricis, ubi hūc in modum scribit. Videmus senem caluum tunica uestitum russea inter pueros capillatos ludētes pila. Nec tam pueri nos, quamquam erat opera eprecium ad spectaculum duxerant, quam ipse paterfamilias, qui soleatus pila sparsiua exercebatur, nec eā amplius repetebat, q̄ terrā cōtingeret, sed follē plenū habebat seruus, sufficiebatq. ludētibus. Notauimus ēt res nouas. Nam duo spadones in diuersa parte circuli stabant, quorum alter matellam tenebat argenteam, alter numerabat pilas, non quidem eas, quae inter manus lusu expellentes uibrabantur, sed eas, quae in terram decidebant.

F


ΠΥΘΙΑ·ΑΚΤΙΑ

Succedit paganica pila ſic appellata, quod eſſet vulgaris admodũ, D
& in uillis pagis uocatis;uel in pagis urbis ut plurimum in uſu haberetur. Nam Dionyſius antiquitatum lib. 4. refert, Romam in quatuor tribus olim partitam fuiſſe,quae & pagi,ſicut earum habitatores Pagani,nominabantur. ſiue igitur ab iſtis pagis, ſiue a uillis paganica pila denominata ſit,parum referre credo.ſat eſt,pilam fuiſſe ex corio pluma repleto,trigonali latiorem,non ita tamen ut eſt follis,laxam, ſed duriorem; ſiquidem follis, qui uento replebatur,etſi quanto durior erat,tanto facilius eo ludebatur,quanto laxior,tanto difficilius,ut etiam tempeſtate noſtra quotidiana experientia comprobat,tamen paganica pila quo etiam durior eſſet, & pluma replebatur,& non ita replebatur,ut laxa uſquam foret, ſed vndequaque duriſſima,& propterea difficulter ea ludebatur,quemadmodum uenuſtiſſime Martialis hoc diſticho oſtendit libro 14. E

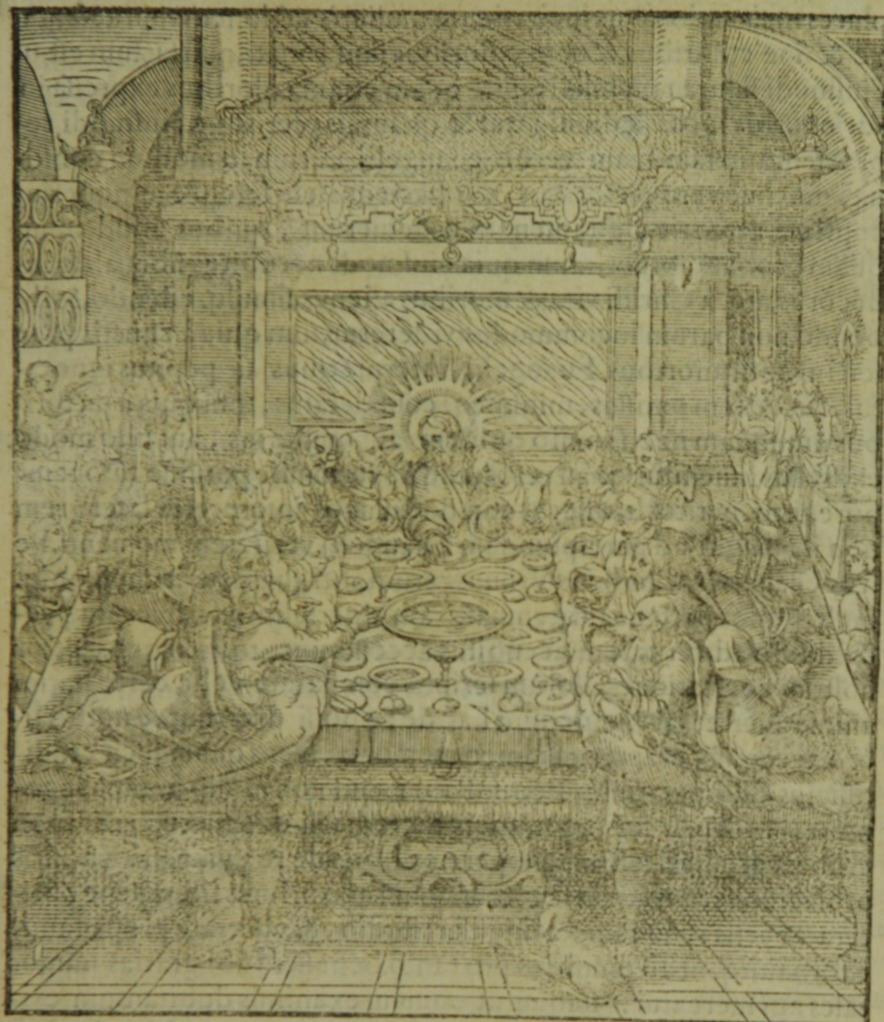
Haec quae difficilis turget paganica pluma,
Folle minus laxa eſt, & minus arcta pila.

Sub nomine enim ſimplici pilae intelligi aliquando follẽ,aliquando trigonalem, paullo ante ſignificauimus. Iterum illud ignorari hoc in loco nolo, etiam in gymnaſijs paganicae pilae exercitationem in vſu exſtitiſſe,ut idem Martialis lib. 7. teſtatum reliquit.

Non pila, non follis, non te paganica thermis
Praeparat, aut nudi ſtipitis ictus hebes.

Nam cum ſaepius a nobis indicatum ſit, conſueuiſſe fere omnes, qui ſeſe in gymnaſijs pila exercebant,prius pila ludere,& deinceps ſtatim balnea ingredi,Martialis illis uerſibus demonſtrat, inter ceteros pilae ludos in gymnaſijs ſe exercentium ad balnea praeparatorios paganicam quoq. adnumeratam eſſe. Vltimum & quartum F
Latinorum pilae genus harpaſtum fecimus. quod ob nominis ſimilitudinem idẽ prorſus uidetur quod ἀρπαςὸν Graecorum:erat enim pila, quam ludentes alter alteri eripiebat cuius uero magnitudinis,& ex qua materia foret,haud quaquam ab ullo auctore explicatum habemus, niſi quod Athenaeus his uerbis manifeſtum facit, harpaſtum rotundum fuiſſe. τὸ δὲ καλούμενον διὰ τῆς σφαίρας ἀρπαςὸν, φενίνδα ἐκαλεῖτο, ὃ ἐγὼ πάντων μάλιςα ἀσπάζομαι. ideſt, Luſus autem pilae harpaſtum nuncupatum pheninda uocabatur, quem ego maxime omnium diligo. Sicut etiam veriſimile ſit ex corio ſicut ceteras pilas conſtaſse. quae omnia,propterea quod tunc temporis nulli ignota erant, auctores ſcribere dimiſerunt. Ceterum eius magnitudinem omnino explicaſse Galenus uidetur, qui dum in libro de ludo paruae pilae harpaſtum appoſitiſſime deſcribit, illud

paruam



APPENDIX AD CAPVT ANTECEDENS
vbi iterum de accubitu, triclinio, & de Mariae Magdalenae historia tractatur.

IN antecedente capite dum accubitus ueterum rationē afferre multis seculis ante ignotam tētassem, ex eiusque notitia significassem ītelligi posse Mariae Magdalenae factum illud à Luca Euāgelista fideliter narratum, quādo illa discumbentem Christum apud Pharisaeum reperit, illiusq. pedes lachrymis lauit, capillis tersit, & vnguento precioso unxit, cō-

plures meis rationibus incitati eam mulieris actionem repraesentare & sine coloribus, & cum coloribus sunt conati, quò factum est, ut eiusmodi figura tam solis typis, quam etiam coloribus expressa in varios orbis locos sit diuulgata; & quamuis plerisque eiusmodi repraesentatio tamquam verbis euangelij mirum in modum consona, maxime vero pictoribus, qui hactenus sese fefelisse agnouerint apprimè arriserit, attamen non defuerunt, quibus illud numquam probari potuerit, tum quia eiusmodi accubitus sibi ualde indecorus, atq. à Christi vita, & moribus alienus, simulq. edendo, & ibibendo non parum incommodus videretur, tum quia à cunctis praesertim antiquioribus Euangelij interpretibus sit penitus ignoratus, aut saltem omissus, minimeq. consideratus, tum quia à pictoribus numquam nec somnio quidem aut cogitatus, aut ullo modo expressus inuenitur: quasi vero haud sit verisimile potuisse tãto tempore, totq. peritos artifices, atq. doctissimos interpretes latere rem non ita exigui ad percipiendam Euangelij veritatem momenti. Petrus Ciaconus, & Fuluius Vrsinus rerum antiquarũ peritissimi, quiq. multis annis post meam gymnasticam de triclinio scripserunt, proculdubio ad veritatem accubitus accesserunt, atq. si aequus lector nostras cogitationes illorum scriptis comparare velit, certe statim animaduertet, ferè quicquid hac de re boni dixerunt, è nostro libro accepisse, praeterita tamen memoria, secus quam fecit eruditissimus Galliae ocellus Petrus Faber, qui non modo summa ingenuitae in libris suis agonisticis incredibili doctrina refertis, non erubuit profiteri sese magnopere ex libris de re gymnastica nostris profecisse, verum etiam segetem, quam ego primus illius pene obliteratae artis renouaui, ita singulari studio, & vbertate propagauit, exornauitq. ut ab omnibus pro tanto beneficio sibi gratias immortales agi mereatur. Itaque ut omnem ex animis dubitantum eximam scrupulum, & aliquid maioris lucis tantae rei obscuritati afferam, a compluribus quoque rogatus, nonnulla hoc in loco tam de ipso accubendi ritu, quam de ipsius Magdalenae situ, & operandi modo adijcere deliberaui, ratus me hoc labore id effecturum, ut gentes tandem reipsa melius considerata paullatim incipiant uetustum errorem exuere, atque simplicibus animis pictura ueram eius facti historiam pijs, & veritatis amantibus repraesentare. Quod itaque Veteres tam Graeci, quam Latini, atque Haebrei epulantes accũberent, nomen ipsũ apud hasce cunctas gentes receptissimum facile persuadere potest, quemadmodum a paucis dubitatum inuenio, quin triclinio pro commode, & faciliter edendo, atque

que

A que bibendo, passim aliquot seculis usi sint. Quid autem proprie antiquis esset triclinium non ita ab omnibus confessum habetur; Etenim qui nuper ad Athenaeum eruditissimas animaduersiones haud sine magna laude in lucem misit Caussabonus monstrasse sibi persuasit, triclinium interdum fuisse acceptum pro ipso habitaculo, ubi lecti sternebantur, proptereaque πεντάκλινον, δεκατρίκλι-ct, δωδεκατρίκλινον inueniri nominata, prout pauciores pluresue lectos capiebat; neque ipse id abnuo apud aliquos fuisse sic appellatum, sed quia in illo Athenaei conuiuio unusquisque in medium id proponere conabatur, quod infrequentius erat, atque aliquam scitu dignam raritatem habebat: iccirco existimandum est illud perquam rarum extitisse, & sicuti quae gentes Romanis seruiebant, ceteros ipsorum mores imitabantur, ita credere oportet, & in nominando, & in utendo triclinio eundem esse sensum secutos, quem & Regina urbium Roma sequebatur. Atque de hoc ipso cum loqueretur antiquus, & grauis scriptor Seruius in Comm. ad primum Virgilianae Aeneidos dixit Veteres stibadia non habuisse sed stratis tribus lectis epulasse (unde triclinium sterni dictum) atque eos errare, qui uocant triclinium ipsam basilicam, uel coenationem. Neque minus falluntur, qui putarunt tripodas illos, de quibus mentio est apud Athenaeum ex Eubolo comico, & in quibus duo uel tres edentes repraesentantur in marmoribus uetustis fuisse triclinia, quandoquidem nulla ibi trium lectorum imago, neque accubitus conspicitur, sed sunt dumtaxat sepulchralium coenarum effigies, de quibus tractant, qui sepulchrales ueterum ritus describere sunt aggressi; Et Vulpianus, qui apud Athenaeum eius uocis insolentia offensus est, tamquam indignum mensae nomine reputauit. Neque vero alia forma tricliniorum, & accubitus est quaerenda ab ea, quam ex antiquissimo Rhamnusiano marmorũ nos primi ĩ gymnastica dedimus, & in qua praeter lectos tres, uestigia satis manifesta conspiciuntur eius mensae, quae quod quattuor pedes haberet, vsus obtinuit apud Graecos, ut uocaretur τράπεζα. Huiusmodi autem triclinij, & mensae tametsi non adeo frequentes figurae inueniantur in marmoribus arbitrandum est, id euenisse quod de plerisque alijs maiorum nostrorum rebus, quae quod populares & vulgatissimae essent, eas ad posteros consignare monumentis neglexerunt, sicut locupletissime in libello de rebus deperditis docuit nuper Guidus Pancirolus, Neque uero simile praedicto marmore quicquam aliud fictum, uel fallum repraesentari, quam ipsummet triclinium, at-

(margin letters: B beside "tet, & in nominando"; C beside "chrales ueterum ritus")

que accumbendi ſeu diſcumbendi morem tunc uſitatiſſimum, ut plenius in primo de gymnaſtica oſtendimus. Verum etſi haec ſatis comprobata uideantur, illud tamen à pleriſque in controuerſia ponitur circa MARIAE factum, ſcilicet utrum CHRISTVS ita iaceret, ſicuti pictura declarat, an potius ſederet, ſicut hactenus pictores omnes finxerunt. Pro qua lite dirimenda, (quae aliquid facit pro intelligentia texus Santi Euangeliſtae Lucæ) duo ſunt conſtituenda; unum eſt haud potuiſse aliter CHRISTVM fuiſse collocatum, ſi quod Lucas capi. ſeptimo, ſcripſit, uerum eſse debet: alterum eſt vtrum Hieroſolymis tunc in vſu eſset more Romano diſcumbentes epulari, an potius ſedentes. Quod ſpectat ad primum propoſitum tria Euangeliſta dicit maxime ad rem noſtram facientia: quorum primum eſt MARIAM audiuiſse CHRISTVM diſcubuiſse apud Phariſaeum, atque ſtatim ingreſsam ad eum fuiſse: ſecundum eſt illam ſtantem ſeſe penes illius pedes poſuiſse retro: tertium eſt ita ſtantem lachrymis eius pedes lauiſse, capillis terſiſse, atque unguento, quod ſecum attulerat, unxiſse. Iam uero circa haec omnia declaranda coecutiſse omnes hactenus eius loci interpretes facile unuſquiſque comprehendere poterit, qui illorum commentaria perlegere uolet. excipio tamen duos grauiſſimos iuxtaque doctiſſimos Ieſuitarum familiae uiros Franciſcum Toledum Cardinalem, necnon Ioannem Maldonatum, qui cum rei difficultatem guſtaſsent, ueritati proximius accedere noua quadam induſtria contenderunt, haud quaquam ueriti aduerſus imbibitam tenaciter pictorum falſitatem palam decertare, qui cum contra Euangeliſtae ipſius uerba CHRISTVM ſedentem, Mariamque ipſam non retro, ſed ante, neq. ſtantem, ſed genibus humi procumbentem vſque ad haec tempora depinxerunt, & ſeipſos, & alios (ſi ita loqui licet) deceperunt, praeterquam enim quod vix imaginari poteſt huiuſmodi omnia perfici à muliere potuiſse, certum eſt etiam, neque à miniſtrantibus illud permiſsum iri debuiſſe, ſimulque indecorum ualde futurum fuiſse, ſi mulier ſubtus menſam genibus ſeſe humi pro abluendis, & exiccandis CHRISTI pedibus ſtrauiſſet &, quae omnia incommoda cum euitentur triclinio, & accubitu noſtris, haud intelligere poſſum, cur debeant à quoquam ingenio, & guſtu praedito repudiari, eo maxime quod nulla turpitudinis ſpecies in ijs ſpectatur, quae debeat ab ea re credenda quempiam pium deterrere, quinimo ſi accurate ingreſſus mulieris expendatur, miniſtros, & accum-
bentes

A bentes latere potuit, haud secus, atque ubi sese in exteriore triclinij parte iuxta pedes CHRISTI locauit: quod si aliquid in illo accumbendi modo non ita laudabile forte apparebat, quisque sibi illud persuadere debet etiam quae indecora sunt ob populi consuetudinem saepè omnem foeditatem amittere, nam mulierum aliquibus non citra notam sponte conuiuij publici locum adire, ibique audere uiro adhaerere, eumque contrectare, & vngere proculdubio turpe, & indignum castitate CHRISTI potuisset videri, nisi mos prope omnium orientalium eam inuitasset. Certe Maldonatus intelligere non potuit, quomodo dicatur stetisse mulier erecta, quasi non essent lecti super quos discumbebant ita alti, ut ipsi licuerit sic stare, & pedes eius lachrymis lauare, interpretans stare pro consistere. B Sed huiusmodi oscitantiam commisit ob veri triclinij ignorantiam, quod pedes altos habuisse non est dubitandum, ut facile ex ipsa pictura elucet; & Virgilius de Aenea loquens accumbente dixit initio secundi libri.

Inde toro pater Aeneas sic orsus ab alto.

Atqui Toledus Cardinalis ob longam, quam Romae traxit, moram, uidendi, audiendi rerum vetustarum peritos uberem occasionem habuit, forsanque nostram sententiam, & picturam compertam habuit, quod eam iampridem cum doctissimis Iesuitis, quorum consuetudine delector magnopere, communicassem, priusquam publicarem. unde facile consentit C toros tricliniorum ita altos extitisse, ut mulier nullo labore posset stans retro pedes epulantis contrectare, lachrymisque abluere: & certe licet uir doctissimus non explicate docuerit discumbendi modum attamen ex eius verbis veritatem sibi maxime omnium inno,tuisse patet. Itaque hoc iam constitutum sit triclinium dictum esse, quod tres lecti sternerentur, in quibus ita iacerent, ut versus mensam cubitis sinistris innixi dextera manu uterentur, pedesque in exteriorem partem protenderent, ubi ministri erant, & ubi stetit erecta MARIA, queadmodum diserte satis, & copiose alibi ex uarijs scriptoribus declarauimus, & sicut ex imagine anteposita clarissime elucet. Supra quid uero sternerentur lecti, non est ita proditum, attamen licet conijcere saepius supra tabulata altiusœula esse extensos, quae nonnumquam etiam apud He-

braeos ex argento, auroue conflata fuisse colligitur ex pri- D
mo capite Hester in illius magnifici conuiuij descriptione, quod pariter à Romanis factum testatur prae caeteris Plinius libro XXXIII. capi. vndecimo, fuisse uero facta lectisternia primum lignea conijcere licet ab eo quod narrat ex Seneca Agelius libro duodecimo, capi. secundo, nempe Sotérichum lignarium fabrum extitisse, qui lectos tricliniares ligneos faciebat, ob idque data est occasio Adagij, vt cum uellent rem exigui precij, nec multi artificij significare Soterichi lectis assimilarent. Nunc uero secundum propositum aggredior, scilicet an apud Hebraeos, quo tempore CHRISTVS affuit coenae Pharisaei, mos fuerit discumbendi in triclinijs, quemadmodum Romae, qua de re cum consuluerim Vitalem Medicaeum Florentiae, artem medicam san- E
ctae, ac feliciter exercentem, rerumque Hebraicarum longe peritissimum, is mihi adeo docte, & diserte respondit, ut in huiusmodi graui disceptatione uix quicquam doctius, & elimatius desiderari queat: quia tamen ab sententia nostra non nihil discessisse visus est, pro mea confirmanda necesse puto aliquid in medium afferre. Etenim dubitare minime oportet, quin apud uetustissimos Hebraeos uarius conuiuia agendi mos fuerit, siquidem libro Genes. in celebri illo conuiuio, quod Iosephus Fratribus, alijsque Magnifice, dedit, omnes sedisse memorantur, similis quoque moris libro Iudith, libro primo, Regum, atque alibi saepius mentio clarissima habetur: atqui si Thobiae, qui uixit ante captiuitatem Babylo- F
niae liber legatur, ibi accubitus non obscuram mentionem fieri cognoscetur, quamquam fortasse dicere liceret tunc illum apud Assyrios vixisse, apud quos in usu erat coenantes accumbere. Iam vero de Troianis, atque Tyrijs similiter existimare debemus, cum apud Virgilium primo, & secundo libro discumbendi consuetudinis commemoratio fiat, sicuti libro septimo, non dubia memoria reperitur sedendi ad mensas vsus sub illis uerbis

Hae Sacris Sedes epulis: hic ariete caeso
Perpetuis soliti patres considere mensis.

Vbi quamquam in aliquibus contextibus legatur loco (considere) accumbere, attamen Seruius eum locum interpraetans

dixit

A dixit Maiores epulari consueuisse sedentes, atque illum habuisse morem à Laconibus, & Cretensibus, ut Varro docuit in libris de gente Pop. Rom. in quibus dixit quid a quaque traxerit gente per imitationem. Haec autem sedendi ad mensas consuetudo Romanis certe illis uetustissimis diu, & in aliquibus occasionibus usurpata fuit, sicut etiam monumentis relatum inuenitur Alexandrum Magnum aliquando sexcentos ut ait Athenaeus, vel sex mille ut est apud Eustathium duces conuiuio excepisse, eosque omnes sedilibus argenteis sedere fecisse. Atqui posterioribus temporibus tam florentis Reipub. quam IMPERATORVM non est dubium nobiliores saltem accumbere consueuisse, idque praeter innumeros latinae linguae auctores marmora quoque testantur, ut locupletissime alias B demonstraui, atque alij quoque docuerunt. Graecos pariter constat eundem accumbendi morem esse sectatos, & quod turpius est, narrat Athenaeus matulas pro excipiendo à uesica exeunte uino gestare consueuisse in triclinia, quas saepe ubi uino incaluerant ad capita frangebant, introducto hoc more à Sybariticis populis sordibus omnigenis olim deditissimis.

Verum de Hebraeis dubitatur an similiter illi ad Romanorum imitationem accumbere potius, quam sedere soliti fuerint, ut hac ratione liceat existimare CHRISTVM ita fuisse locatum, ac propterea Magdalenam potuisse stantem retro pedes illius lauare, exiccare, & ungere. Iam uero complura sunt, quae ex scriptoribus constat eos à Romanis fuisse mutuatos, & Iosephus in libro antiquit. narrat Hebraeos semper esse secu- C tos ritus Romanorum postquam sub eorum ditionem deuenerunt, modo non contrariarentur patrijs legibus, & ut dicebam antea, manifestum est ex sacris libris ante captiuitatem Babyloniae eam gentem in conuiuijs tam publicis quam priuatis semper sedisse. Verũ postquam in Babyloniam ducti fuerunt captiui vtroque modo edere consueuerunt, senes scilicet sedentes, iuuenes uero accumbentes, ut mos erat Babyloniae, veluti Rabbini tradiderunt, apud quos etiam legitur accubitum fieri solitum, uel stragulis supra terram extẽsis, vel tapetibus preciosis, & puluinaribus, ita ut cubitis innixi firmum corpus uniuersum seruarent; facta autem fuit deinde lex, vt tempore Paschatis in durae sub Pharaone seruitutis, liberationisq. commemoratione quisque accumbendo epularetur, caeteris uero diebus liceret unicuique prout liberet sedendo, vel accumbendo coenare: ex quo

patet apud Iudaeos pariter accubitum gloriosum quandoque D fuisse habitum. Porrò modus, quo Hierosolymis in secunda domo scilicet post liberationem ab Aegypto, atque potissimum tẽpore Christi conuiuia fierent, non ita compertus est; illud uero constat, & in vrbe semper quinque linguarum extitisse usum Hebreae, chaldeae, Syriacae, Graecae, & Latinae, quarum Syriaca in frequentiori vsu erat. Hebraea vero non nisi à doctis, & in disciplinis comparandis vsurpata, sicuti olim Romae Graeca, & nunc passim Latina. Fuit autem in Iudaeam Syriaca lingua intro ducta, quando decem tribubus à Salmazaro Assyriorum rege captis in earum locum missae sunt in Sammariam, partesque ei circumuicinas Assyriorum coloniae, ut legitur xvij. cap. quarti libri Reg. qui ob id ab Hebraeis deinde semper sunt Samaritani uocati, atque ideo auersati, quod Idolatrae essent, mosaicosque ritus minime, ut par erat, obseruarent, etiam si à Sacerdote illuc in id misso instructi fuisent. Hunc ergo in modum Syriaca lingua apud Hebraeos inducta, propagata, & conseruata est, quemadmodum Chaldaeam Syriacae valde similem ipsi met Iudaei ex Babylonia, ubi illa vsurpabatur, sponte transtulerunt. Post hoc vero Graecis rerum potitis, Rabbini doctiores ipsorum linguam ita apprehenderunt, eiusque copia, & suauitate sunt delectati, ut Hebraicae ipsam aequarent. Vnde pariter successit, ut plerique eruditiores non solum Graece loquerentur, sed etiam satis eleganter scriberent, quales fuerunt Paullus, Iosephus, Philo, atque alij plurimi. Romani postremo cum Iudaeam subiugasent, necesse fuit, ille populus ipsorum linguam latinam addisceret, eaque pro negocijs agendis uteretur; quae etiam fuit ratio, quamo F brem titulus crucis Christi Hebraice, Graece, atque Latine scriptus fuerit: illud tamen de hisce linguis, & potissimum de Syriaca uere constat ipsam fuisse omnium Hierosolymis usurpatissimam, atque multis Graecorum uocibus permixtam, siue id fuerit ob graecae delectationem, qua Iudaei afficiebantur, siue alia de causa: solent enim qui peregrinis linguis gaudent, saepe illarum uocabula proprijs commiscere. Ergo hisce constitutis, cum Iudaei linguam Romanorum Graecorum, & Asyriorum, apud quos in usu erat accubitus, uterentur, verisimile est quoque eosdem accumbendi morem ab ijs accepisse, quod forsan à peruicacibus negari potuiset, nisi complures Euangelij loci, ubi discubitus, & accubitus fit mentio, aperte testarentur. Vtrum autem accumbendi modus Hierosolymis esset, qualis

A apud Romanos in triclinio ſcilicet lectis tribus altioribus circa menſam ſtratis uel ligneis uel argenteis, aut aureis quales habuiſſe aliquos narrant Plinius, Athenaeus, & alij, haud ita clarum eſt. Sed ut omittam Iudaeos ueteres, apud quos forſan uox triclinij vſitata in ſacris libris cubiculum dumtaxat, in quo coenabatur, ſignificare poteſt, de quo Vitruuius lib. Architecturae quarto tractauit, certe cum in Euangelio nominetur Architriclinus, negari nequit Iudaeos imitatos eſse Romanos, & Graecos, in quorum conuiuijs erant ἐσιάρχαι, ideſt, conuiuij principes. Caeterum doctiſſimi uiri, qui accubitum quidem in conuiuijs Phariſaeorum conceſſerunt, ſed more Hebraeorum ſtratis ſupra terram lectis, non autem alte locatis more Romano, in eam deuenerunt ſententiam potiſſimum, quòd contextus ſacrorum librorum Syriacus ubi de architriclinio, & triclinio legi-
B tur, ſimpliciter accubitum, non autem modum ſignificet, & quod Phariſaei iuxta praeceptum leuitici cap. xviij. conarentur in cunctis ſeſe à ritibus quibusuis peregrinorum alienare, maxime Romanorum, quos quotidie intuebantur idolis ſeruire vſque adeo à lege damnatis. Quantum uero ad Magdalenae actum, animaduertentes quam difficile ſit eam ſecundum Lucae litteram acommodare, ſi lecti ſupra terram dumtaxat ſtatuantur, ad euitandum eum ſcopulum imaginati ſunt, primum ingreſſam Magdalenam rectam aliquo tempore illachrymantem ſtetiſse, demum ſeſe inclinaſse genuflexam, ſicque Lauiſse Chriſti pedes, terſiſse, atque vnxiſse. Verum pace horum, cogor ab hu-
C iuſmodi placito longe diſsentire, ſimulque oſtendere figuram triclinij, & accubitus Chriſti non aliam potuiſse eſſe, quam à nobis deſcriptam, atque tunc temporis paſſim à Romanis uſitatam. Quis enim ignorat eam ſemper uiguiſse conſuetudinem, ut populi principum mores, quantum fieri poteſt, imitentur? maxime uiri nobiles & in exiſtimatione habiti, quales erant Phariſaei; quos ſi non ob aliud ſaltem ut Herodi & Pilato tunc pro Imperatore Tiberio gubernantibus, ſimulque Romanorum mores, ut ait Ioſephus introducere ſatagentibus, rem gratam facerent, uero ſimile eſt conatos in accubitu, qui nil legi repugnabat, ſicut & in multis alijs forſan minoris momenti Romanos imitari, quod Chriſti tempore omnes Orientis nationes faciebant. Quod porrò Hebraei in alijs pleriſque Romanorum ſequerentur ritus, abſque multo labore indicabo; tum id quod imaginantur de Maria haud quaquam conſiſtere poſse monſtrabo.

Itaque

Itaque non est negandum post redactum à Pompeio in Romanorum potestatem Iudaeam, & post Archelaum iussu Augusti in exilium expulsum eam nationem per procuratores fuisse gubernatam, qua occasione Hierosolymis, atque in omni Iudaea innumeri milites, ciues, atque equites Romani omni tempore habitabant, quos aequum est existimare secundum Vrbis ritus uixisse atque ipsis Iudaeis, ut contingere ubique solet, eos communicasse, neque id Hebraeos potuisse aspernari, ne multo magis odium principis sibi adsciscerent. Et si recte expendantur quae de Romanorum moribus in cōuiuijs scripserunt Varro, Cicero, Seneca, Plinius, Plutarchus, Suetonius, Galenus, Athenaeus, & alij, proculdubio intelligere concedetur fere omnes eos tempore Saluatoris Nostri fuisse à Iudaeis obseruatos, ueluti ex uarijs Euangelij locis colligere licet. Nam ut antea dictum est, triclinij conclauis, & coenaculi nomina clara habentur in Euangelio; haud secus atque à prophanis rerum Romanarum scriptoribus memorata reperiuntur. Habebant Romani, sicuti recitant Plinius, & Martialis, in more patinas grandes adeo vsurpare interdum, ut posent ex unis eis conuiuae accipere, quod similiter fecisse Christum in coena discipulorum memoriae mandatum est. quod etiam dixi in primo de gymnastica Romanos fere semper lauari, soccosque reponere solitos prius quam mensae accumberent, idem factitasse Saluatorem nemo inficias ire ualet. Iam de ungendi usu post balneum, & ante coenam copiosissime scripsit praeter Clementem Alexandrinum Athenaeus quinctodecimo lib. Dipnosophist. apud quem proprium, & odoratum unguentum singulis corpori partibus dicatum legitur, ut ob id Maria quoque Romano, & Graeco more utens, uoluerit, & caput & pedes Christi, tam uiuentis quam mortui ungere, qui quasi increpans Pharisaeum quod similiter non fecisset, certum indicium attulit, sibi placuisse Romanorum, & Graecorum ungendi consuetudinem obseruari. Et quod dixit Christus de illo, qui accedens ad conuiuium nuptiale, lacerna adhuc indutus uestem nuptialem non induisset, dubio procul ex ritibus Romanis totum fuit captum. De loci nobilitate tum in pontificali, tum in ciuili, tum in consulari conuiuio habebant Romani, ut narrat Plutarchus in Symposiacis, atq. Macrobius, non exiguum discrimen, ut interdum medius medij lecti, interdum imus eiusdem, atq. primi nobiliores reputarentur, cuius rei Illustre exemplum est id, quod dixit Christus aduersus illos, qui primos accubitus

ambic-

A ambiebant, in quo accubitu ita locabantur, ut posset facile quisque reclinare sese, & recumbere in sinu proximioris, quemadmodum fecisse Ioannem ipsemet in suo Euangelio testatur, qui cum carus esset magistro, non est mirum si penes ipsum accubuit, veluti Romanis usitatum erat in priuatis, & publicis conuiuijs uxores, filios, aliasque personas chariores iuxta sese collocare. Cum igitur ex his, ac pluribus alijs certo conijciatur Iudaeos fuisse Romanorum mores in conuiuijs maxime sectatos, cur non etiam in triclinijs construendis, atque altioribus faciendis eosdem non sint imitati, caussam nullam uideo. Neque moueor ab hac sententia, quod Syriacus Euangelij contextus ambiguus uideatur, potiusque uetustum Hebraeorum super terram accubitum, quàm in altis toris insinuare uideatur, quandoqui-
B dem in miraculo quinque panum, & duorum piscium ita facile est accipere, pro quo faciendo iussit, ut turbae super foenum discumberent; at in conuiuio nobili coram ipsis Romanis idem facere dedecus plane non exiguum attulisset; Praeterea si Iudaei interdum Christum murmurarunt, quasi discipuli eius non lauarent manus, antequam mensae accumberent, multo magis fuisset immurmurandum, si accubuissent lectis, & ceruicalibus super terram constratis, non autem alte positis. Qui uero Syriace Euangelium scripsit, uel transumpsit, cum forsan nomen sibi haud suppeteret proprium, quo explicare posset uerum Romanorum triclinium, maluit quod habebat usurpare, quam rem penitus indeclaratam relinquere. At nihil hoc est, prae ipsi Magdalenae ingredienti, stanti retro secus pedes eius, quae omnia uti accommodari nullo pacto queunt si supra terram si ut
C immediate positi lecti, sic triclinio nostro iudicandum unicuique permitto, quam apte congruant. Neque enim credibile est, si sese mulier genibus in terram inclinasset fuisse id Euangelistam taciturum postquam minime silendum putauit, quod staret retro, & secus pedes, lachrymisque eos rigaret: nam qui tanta diligentia retulit, quaecumque ibi contigerunt, non debebat etiam genuflexionem omittere, & multominus postquam iam dixerat ipsam stetisse. Quare iam satis monstratum arbitror Christo accumbente eum ita alte fuisse locatum, ut MARIA, quae nec paruae staturae erat, potuerit stans erecta rigare ipsius pedes lachrymis, nec non manibus eos contrectare, & capillis siccare, demumque ungere. Quod totum luculentissime exprimi in anteposita triclinij nostri figura, neminem negaturum confido.

Cum

Cum hucusq. oratione peruenissem, iamq. ea ad praelum missio- D
nẽ accelerarer, oblata est occasio Alphosi Salmeronis olim Iesui
tæ doctissimi prolegomena in Sacrosanctam Euangelicam histo-
riam singulari eruditione referta legere:atq. inter legendum cũ
mihi Canon quadragessimus sextus prolegomeni undecimi oc-
currisset, ubi disertissime de uniuersa accubitus ratione, de quo
Magdalenę in lauãdis atq. ungendis Christi pedib. situ, nec non
de Ioannis in eiusdem Christi sinum recubitu disputat, incredibi
lem quandam laetitiam simul, & admirationẽ mihi peperit, ete-
nim laetatus sum, quod meas cogitationes, quas semper nouas, &
forsan a nemine alio propositas existimaui, a uiro sapientissimo
& rara doctrina praedito ita clare confirmatas, quasique incon-
cussas redditas inuenerim, Admirationem vero caepi non exiguã
quomodo fieri potuerit, ut in re usq. adeo obscura nec uetusta si- E
mul nos conuenire, ac in nulla re discrepare licuerit; Et si enim
quo tempore gymnastica mea in lucem exiuit, is adhuc uiueret,
quippe quem saepius concionantem Romae auscultauerim, ubi
eos libros dum Cardinalis Farnesij medicum agebam, & com-
posui, & in lucem edidi, attamen vtrum eos uiderit haud quam-
que affirmare audeo, Neque uero credibile est me ab eius scri-
ptis, quae disserui de accubitu accepisse, cum ea hactenus latue-
rint, neq. ipsum eadem de re ita diligenter scripsisse, ne somniare
quidem ualuerim. Vnde quæ solet esse ueritatis ingens uis, puto
eodem spiritu ambos nos ad ea scribenda fuisse impulsos, & pro-
pterea quicquid ea de re dictum fuit pro, uero & irrefutabili ha
bendum esse; ea namque est gens Iesuitarum, ut in qualibet disci
plina, immo in tota rerum tam diuinarum quam humanarum na- F
tura, nihil ita rarum excultum, & reconditum habeatur, quin ab
aliquo ipsorum sit perfectissime elaboratum, & felicissime poste-
ris ipsis traditum.

A

De Auctoribus Gymnasticae, & gymnasiorum ministris. Cap. XII.



QVEMADMODVM caeterae artes proprios auctores habuerunt, qui earum facultates, regulas, atque usum scriptis mandarunt: similiter gymnasticam illis nequaquam caruisse constat qui, & ipsam uoluminibus illustrarint, & ab obliuione uindicarint; sed factum est, ut quam iacturam plurimae res hominum subierunt, isti quoque auctores fe-
B cerint, quando quidem hisce temporibus neminem eorum habemus, quos Galenum, atque alios antiquiores uidisse, ac lectitasse certo scimus. Quis etenim aetate nostra Hippocratis, Dioclis, Praxagorae, Philotimi, Erasistrati, Herophili, & Asclepiadis de hac re scripta, a Graecis, atque Latinis auctoribus citata uidit? quorum praeclarissima commentaria nisi hodie desiderarentur, forsan haec ars, quae iam dudum pene abolita est, non minus caeteris dignitatis, atque splendoris haberet; neque nos hunc laborem ad lucem eam reuocandi assumeremus: praetereo Theonis de hac eadem libros, Diotimi gymnastae de exercitationibus, & sudoribus a Theophrasto celebrata commentaria: quibus dum nos carere considero, non magnopere commoueri nequeo, atque interdum etiam ab incaepta opera ual-
C de deterreri, sed haec dimittentes iam gymnasiorum ministros declaremus, inter quos primum locum tenebat gymnasiarchus, cuius munus erat toti gymnasio praeesse, & ueluti princeps quidam omnia moderari, tempus, & horas praescribere, ordinem ponere, & alia denique, quae ad artium, & locorum publicorum principes spectant, sedulo curare: hunc Lydus paedagogus apud Plautum gymnasij praefectum uocauit, his uerbis: In Bacc.
„ Ante solem exorientem nisi in palaestram ueneras: Gymna-
„ sij praefecto haud mediocres poenas penderes. Ex quo loco
gymnasiarchum colligitur in adolescentes, si quid peccasent, animaduertere magno Imperio consueuisse: ut etiam clarius
„ in amatorio Plutarchus docuit. de hoc & Cicero in sexta Ver-
„ rinarum: Demoliendum curauit Demetrius gymnasiarchus,

quod

quod is loco illi praeerat. Secundum locum habebat xystarcha. hic ambobus xystis, stadio, & denique cunctis athletarum exercitationibus praeerat, ut scriptum reliquit Tertullianus in libro ad martyres, & ut ex inscriptione conijcitur, quae Romae in foro Traiani in basi statuae Graecis litteris notata a nobis sic latine reddita est. D

DEMETRIVM. HERMAPOLITAM. ALEXANDRINVM. PANCRATIASTEM. PERIODI. VICTOREM. PALAESTRITAM. ADMIRABILEM. ALIPTAM. PONTIFICEM. TOTIVS. XYSTI. PERPETVVM. XYSTARCHAM. BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVM. PATREM. E

M. AVREL. ASCLEPIADES. QVI. ET. HERMODORVS. ALEXANDRINVS. HERMOPOLITA. MAGNI. SERAPIDIS. AEDITVVS. PANCRATIASTES. PERIODI. VICTOR. ALIPTA. QVEM. NEMO. DETRVDERE. POTERAT. INCVLPATVS. XYSTARCHA. FILIVS. PONTIFEX. TOTIVS. XYSTI. PERPETVVS. XYSTARCHA. ET. BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVS.

Ab hoc, sententia mea, diuersus fuit Praefectus luctae a Galeno ἐπιστάτης παλαίσματος uocatus, qui perinde, ac Paedotrib a quidam luctantium duntaxat magister erat, cum xystarchus plurium exercitationum moderator, victorumque, & omnium praemiorum decernendorum iudex foret. nominatur, & ab Hippocrate παλαιστροφύλαξ, nos custodem palaestrae dicere possumus; quod non solum ipse luctaretur, verum etiam palaestrae curam haberet. Agonistarcham vero eum fuisse puto, qui certaminum publicorum praefectus esset, qui ue & in amphitheatris, & in gymnasijs, vbi athletae in publicos ludos prodituri prius exercebantur, munus suum obibat. eius habetur mentio in hac uetusta inscriptione a Ligorio mihi communicata. F

Capidim. sect. 8. pro pe finem.

APOLI-

A

APOLLINI. INVICTO
SACRVM
M. AVRELIVS. M. AVG
LIB. APOLLONIVS
AGONISTARCHA. COM-
MODIANVS.

Post hos aderat Gymnastes, quem Galenus secundo de tu. va. voluit magistrum omnium exercitationum exstitisse, qui eorum uires, ac potentias ad sanitatem conducentes callens, quo modo fieri deberent, quam diu, & quae quibus conuenirent, tam athletas, quam caeteros omnes exercitatores edocebat; eo quod uel medicus esset, uel medico in multis par, ut ex Platone xj. de legibus colligitur. ubi si quis seruum aegrum medico, aut gymnastae vendat, non esse redhibendum vult, quasi vterque languentes à sanis dignoscere scire debeat, immo Basilius hom. in Hexameron xj. de hominis natura aeque Gymnastem, ac medicum speculari, & quaerere solitum docet. hunc Xenophon, ut refert Iulius Pollux, Progymnastem appellauit, Plato uero Paedotribam, referente Galeno, uocare maluit. is enim in tertio de republica Herodicum medicum, qui primus gymnasticam medicinae iunxit, Paedotribam nominauit, & in Protagora ita scriptum reliquit: ἔτι τοίνυν πρὸς τούτοις εἰς παιδοτρίβας πέμπουσιν, ἵνα τὰ σώματα βελτίω ἔχοντες ὑπηρετῶσι τῇ διανοίᾳ χρηστῇ οὔσῃ. Praeter haec adhuc ad paedotribas mittunt, ut corpora meliora habentes menti bonae exsistenti inseruiant. Galenus tamen in consilio pro puero epileptico paedotribas rudes, & bardos, ac ex ignaris hominibus electos fuisse tempore suo, tradit. Protogymnasios uidetur Seneca epist. 83. eos uocasse qui simul exercentur uocabulo (quod equidem sciam) nulli alteri vsurpato, quamquam Muretus progymnastas legendum maluerit in suis ad eum locum notis. Ἀλείπτην quoque ab Aristotele 2. Ethic. cap. 6. a Paulo Aegineta ἰατραλείπτην, & a Latinis Aliptam hunc eundem uocatum reperio: si quidem Celsus, ubi dixit sanum hominem nullis sese legibus obligare debere, neque medico, neque alipta egere; nullum alium nisi gymnastam intelligere uoluit; sicuti etiam Cicero in epistola quadam ad Lētulum, in qua haec scripta reperiuntur: Sed

B (margin letter beside "tas, quam caeteros omnes…")

C (margin letter beside "puero epileptico…")

Marginal notes: In lib. ad Thras. (beside "bam, referente Galeno…"); li. 3. c. 47. (beside "tis. Ἀλείπτην…"); lib. 1. ca. 1. (beside "gineta ἰατραλείπτην…")

tur: Sed

„ tur: Sed vellem non solum salutis meae, quemadmodum medici, D
„ sed etiam, vt aliptae, viriũ, & coloris rationem habere uoluissent.
„ Ex quo clemens Alexandrinus vj. Strom. dixit, sanitatem per medicinam, bonam uero corporis habitudinem per alipticam comparari: quamquam etiam aliquando pro unctore ipso, uel pro unctorum magistro aliptam accipi sciam: ut apud Plutarchum in libro de tuenda valetudine, & Coelium Aurelianum saepius uidere est. quo in casu Hippocratem ἀλείπτην potius dicere uoluisse, notat Galenus in linguarum explanatione. Post Gymnastẽ erat Paedotriba, qui licet secundum Platonem ab eo differre non videretur, Galenus tñ eos valde diuersos fuisse scribit, dũ Gymnastam medico & Imperatori, Paedotribam militi, & coquo assimilat, merumque gymnastae ministrum nuncupat. nam sicuti miles nihil eorum, quae ad bellicam scientiam pertinent, & coquus eorum, q̃ ad medicinam, nouit, sed alter Imperatoris, alter medici dumtaxat mandata exsequitur, pariter Paedotriba exercitationũ omniũ facultatem ignorabat, gymnastaeque praecepta solum faciebat, vtpote qui & vsum, & differentias, & modum exercitationum experientia quadam calleret, sed ob ignorantiam saepenumero aberraret, vt innuere voluit Galenus in libello de puero Epileptico, ubi dixit, difficile fuisse prudentem paedotribam inuenire. Hanc gymnastae, & paedotribae differẽtiam Aristoteles quoque philosophus cognouisse vr̃, dum 8. Politicorum concludit, Adolescentes gymnasticae atque paedotribicae tradendos fore: quarum altera qualem quendam facit corporis habitum, altera operationes; & quarto Politic. loco antea citato: dicit: μηδὲν ἧττον τοῦ παιδοτρίβου καὶ τοῦ γυμναστικοῦ παρασκευ ἀσασθαι, καὶ ταύτην ἐστὶ τὴν δύναμιν. Gymnastes itaque erat p̃fectus exercitationũ, paedotriba uero minister, & panifici, coquo, ac aedificatori proportione respondens, facere panes, obsonia, aedes scientibus quidẽ, minime tamen, quid in ipsis optimum sit, quid nõ optimum, intelligentibus, quamue facultatem ipsorum unumquodque ad sanitatem haberet, non dignoscentibus. Haec duo nomina apud Homerũ non exsistere narrat Galenus: quod, vt antea declarauimus, semina dumtaxat artis gymnasticae tunc temporis apparebant, neque ars ad regulas ac formam redacta, & proinde neq. artifex, & minister erant. Aderat & Sphaeristicus, eorũ, qui pila ludebãt, institutor, ac ueluti paedotriba, quiue secundum Galenum, omnem pilae iactum, exceptum, repulsumue callebat, minime tamẽ,

In lib. ad Thras.

Cap. 3.

li. 2. d̃ tu. ual.

E

F

quem

A paruam pilam,& non mediam inter paruam & magnam; quemadmodum voluerunt nonnulli,fuisse comprobatur. unde & ludus,qui hodie a calce nuncupatur,etsi in aliquibus assimiletur harpasto, in hoc tamen ab harpasto antiquorum differre uidetur, quod illud paruum erat;pila autem,qua nostrates calce ludunt,maior est.Nam & antiquiores in puluerunlento solo hac pila ludebant, ut testatus est Martialis lib.4.

Siue Harpasta manu puluerulenta rapis. & libro 7.
Non Harpasta vagus puluerulenta rapis & libro 14.
Haec rapit Anteai velox in puluere Draucus,
Grandia qui vano colla labore facit,

Quae omnia argumento esse possunt, hanc exercitationem perarduam fuisse,solisque ualidioribus hominibus conuenisse. quod ete
B nim nequaquam mulieres hoc genere ludere ualerent, praeter Ouidij testimonium de ludis uirorum ita scribentis,

Hos ignaua iocos tribuit natura puellis,
Materia ludunt vberiore viri.
Sunt illis celeresq. pilae, iaculumq. trochique,
Armaque, & in gyros ire coactus equus:

Eiusdem poetae versus comprobant, ubi Philaenim quandam tribadem exprobrans, quod omnibus fere uirorum munijs fungeretur,quasi rem mulieribus prae alijs maxime insuetam ageret, post multa dixit, 3. de arte amandi.

Harpasto quoque subligata ludit.

Ideo mirari soleo,cur Coelius Aurelianus in curanda puerorũ epilepsia uelit nutrices sphaerae ludo, uel aliqua saltatione exerceri, nisi sit sphaera apud ipsum follis,quem,& pueros, & senes vsurpasse,supra docui.Auicenna cuiusdam pilae ligneae mentionem facit, de qua posterius uerba faciã,cum ad praesentẽ de sphaeristica altera saltatoriae parte tractationẽ minime pertineat, de qua haec satis. Lib.1.ser. 3.trac.2. cap.2.
C

De Orchestica, siue tertia saltatoriae parte. Cap. VI.



TRES saltatoriae partes,cubisticã,sphaeristicã,& q̃ nomine generis uocatur simpliciter, saltationẽ, in superioribus effecimus: quarũ duabus iam declaratis tertia modo subnectẽda uenit de qua haec a nobis declarabũtur, primo q.d fuerit,secũdo quot species habuerit, tertio cur ea vterentur maiores nostri,quarto & ultimo in quo loco, & a quibus exercerẽt. Aristoteles itaq. in principio suae poetices,cũ dixisset, oĩa poeseos genera in hoc conuenire, quod imitationes sint, imitationes diui-

dit, quarum alias tradens diuerſis generibus imitari ut vel harmo- D
nia, uel rythmo, uel nudo ſermone; alias diuerſas res, vt vel meliores, vel ſimiles, uel deteriores; alias diuerſo modo, vt vel agentes, vel introducentes, vel narrantes, atque aut alienam perſonam indutos, aut non mutatos; de ſaltatione haec concludit: αὐτῷ δὲ τῷ ῥυθμῷ μιμοῦνται χωρὶς ἁρμονίας, οἱ τῶν ὀρχηστῶν, καὶ γὰρ οὗτοι διὰ τῶν σχηματιζομένων ῥυθμῶν μιμοῦνται, καὶ πάθη, καὶ ἤθη καὶ πράξεις. i. Numero uero ipſo ſine harmonia, imitantur ſaltatores: iſti enim numeroſa geſticulationis uarietate, mores, paſſiones, & actiones imitantur. Ex qua oratione apparet, ὄρχησιν, ſiue ſaltationem, nihil aliud fuiſse, quam facultatem quandam motibus, ac geſtibus corporis, artificio quodam, numero, & ratione factis, imitandi hominum mores, affectus,
Cap. 4. & actiones. qui enim in 7. ciuilium dixerat, nihil eſse in rerum natura, quod magis exprimat rerum ſimilitudines, quam numerum, E
& cantum, ſapienter etiam ſcripſit, ſaltatores in imitandis actionibus numero uti. Quomodo haec per numeroſos motus efficeretur imitatio, unus omnium clariſſime poſt Ariſtotelem expreſſit Plu-
Prob. 5. tarchus, qui in ix. Conuiuialium ſaltationem tres partes habuiſse ſcripſit, lationem, figuram, & indicationem; eo quia tota ipſa ex motibus, & habitudinibus, & quietibus conſtaret, perinde ac harmonia ex tonis, atq. interuallis: lationem dicit ipſe nil aliud fuiſſe, quam motionem affectus alicuius, vel actionis, uel potentiae repraeſentatiuam: figuram uero fuiſſe habitudinem, diſpoſitionemque, in quam motio ſiue latio terminabatur, nempe quando ſaltatores quieſcentes ſecundum Apollinis, uel Panis, uel alicuius Bac-
7. de leg. chae (ut eſt apud Platonem) figuram diſpoſiti in corporis ſimilibus formis graphice aliquantulum perſiſtebant, indicationem au- F
tem fuiſse non proprie imitationem, ſed alicuius rei, nempe terrae, caeli, vicinorum numeroſis, atque ordinatis motibus factam declarationem. quemadmodum namque poetae, dum imitantur, alias nominibus fictis, alias tranſlatis utuntur; dum uero indicant, propria nomina uſurpant: ſimiliter ſaltatores imitantes, figuris, & habitudinibus; declarantes autem, res ipſas praedictis indicationibus utuntur: adeo ut, ſecundum Platonem, Ariſtotelem, atque etiam Plutarchum, tota haec ſaltatoria facultas in imitatione ſolo motu facta conſiſteret. ipſiq. ſaltatores nil aliud actitarent, niſi quod ſeſe mouentes numero, & ordine geſticulantes, aut lationibus, & figuris mores & affectus imitabantur, aut indicationibus declarabant, aut omnibus ſimul mores, perturbationes, atque actiones hominum repraeſentabant. unde non abſque ſumma ratione Simoni-

des

A des poeta ſaltationem poeſim tacentem, ſicuti poeſim ſaltationem loquentem uocare ſolebat: quamquam refert Plutarchus, tempeſtate ſua ueram ſaltationem a muſica, cui aſſociabatur, deprauatam fuiſse; atque a caeleſti illa decidentem in tumultuoſis ac indoctis Theatris inſtar tyranni cuiuſdam imperium tenuiſse, idq. poſtmodum uſque ad tempora noſtra permanaſse, in quibus omnis ſaltatio corrupta eſt, omnes cordati uiri cognoſcunt. Quibus autem primus huiuſcemodi ſaltationem hominibus demonſtrauerit, ſatis cõpertum non habetur, niſi quod Theophraſtus apud Athenaeum refert, Androna Cataneum tibicinem, dum ſonaret, motiones atque numeros corpore effeciſse, & ob id apud ueteres ſaltare uocatum fuiſse ſiceliſsare; poſt quem Cleophantus Thebanus, & Aeſchylus multas ſatatoriae figuras inuenerunt, quas Βαλλίσμους Loe citat. 8. dipnoſ.
B Sicula uoce appellatas Epicharmi auctoritate inſinuat Athenaeus. unde & hodie apud multas Italiae nationes Balli nomẽ adhuc perdurat. Fuit porrò haec ſaltatio tantae exiſtimationis, atque honoris apud antiquiores, ut Apollinem ſaltatorem uocarent, quemadmodum Pindarus:

Ὀϛχηςὰ Αγλαιας ἀνάσσων εὐρυφαρετρ᾽ Ἄπολλον: idest:

Saltator rex ſplendoris, pharetrateque Apollo.

atque illa quandoq. ad tibiarum, uel lyrae, uel alterius inſtrumenti ſonitum, uel ad cantum, uel abſque alia re peragebatur. Species autem illius innumeras fere recenſuerunt Homerus, Plato, Xenophon, Ariſtoteles, Strabo, Plutarchus, Galenus, Pollux, & Lucianus: quae illarum praeſtantiores, & illuſtriores habebantur, uel a regionibus. in quibus in uſu erant, aut repertae, & illuſtratae fue-
C rant, nomen ſuſceperunt; uel ab inuentore, & modo, quo efficiebantur: a regionibus appellatae ſunt Laconicae, Troexenicae, Epirephyriae, Cretenſes, Ionicae, Mantiniacae, Gaditanae, de quibus ſic Iuuenalis.

Forſitan exſpectes ut Gaditana canoro Sat. 11.
Incipiat prurire choro, plauſuq. probatae
Ad terram tremulo deſcendat clune puellae,
Irritamentum veneris languentis, & acres
Diuitis vrticae

& huiuſcemodi aliae. Ab inuentore autem, & modo uocatae fuerunt aliae Pyrrhichiae a Pyrrhicho quodam Lacone, ſeu, ut alij malunt, a Pyrrho Achillis filio inuentae, in quibus armati ſaltabant cum cantu, & ſine cantu. ut uidere licet ex icone ab antiquis lapidibus excepto, quem hic ponendum curauimus.


PYRRHICHIA SALTATIO

A (Pyrrhichias autem noſtris temporibus aemulantur illa pugnarum genera, quas Moreſcas populari uocabulo appellant.) Atque hae uaria nomina obtinuerunt, ut Orſitis, & Epichedios penes Cretenſes, Carpaea apud Aemanēſes & Magnetes, de qua Xenophon. 6. de exp. Cyri. libro, apochinos ſiue mactriſmos, quam mulieres ſaltabant, & ob id Martypiae uocabantur, & quae ſtabiliores, & uarietate maiore praeditae erant, ut dactyli, iambici, moloſſica, emmelia, chordax, ſicinnis, perſica, phrygia, nicatiſmus, thracius, calabriſmus. Teleſias a quodam uiro Teleſio, qui primus eam armatus ſaltauit, ſic uocata, qua utentes Ptolemaei milites Alexandrum Philippi fratrem ſuſtulerunt, aliae tornatiles ſiue uerſoriae, quod ſe in circum uertentes ſaltarent. Erotianus, qui Andromacho Neronis, quod ſcribit Galenus, archiatro contemporaneus extitit, has
B ſaltationes δίνους uocatas ſcribit, aliae inſanae, ut caudifer, mongas, Thermauſtris, nec non anthema, quam ſaltantes obibant, ita dicentes, vbi mihi roſae, ubi mihi lilia, ubi mihi apia: aliae ridiculae, ut igdis, mactriſmus, apochinos, & ſobas, morphaſmus, Glaux, & leo: aliae ſcenicae, quales tragica, comica, & ſatyrica: aliae lyricae, quales pyrrhichia, gymnopaedica, & hyporchaematica. quae omnes quomodo fierent, non eſt praeſentis tractationis declarare: ſatis ſit intelligere, hanc tertiam ſaltationem tot atque plures adhuc diuerſas ſpecies, quibus libellum proprium dicauit Lucianus, habuiſſe, ſicut etiam diuerſis motibus tam pedum, quam manuum utebatur. cum enim motus omnis ex ſententia Ariſtotelis ex impulſu, atque 7. Phyſ.
tractu cōponatur, ſaltantes aut impellebant corpus, aut trahebant, & hoc ſurſum, uel deorſum, uel prorſum, uel retrorſum, uel dex-
C trorſum, uel ſiniſtrorſum: a quibus poſtea motibus componebatur ſimplex ambulatio, flexus, procurſus, ſaltus, diuaricatio, claudicatio, ingeniculatio, elatio, iactatio pedum, permutatio: quibus tota ſaltatio perficiebatur.

De fine ſaltationis, & de loco. Cap. VII.


VM antiqui in certaminibus, atq. uenationibus, pedum exercitationibus fere ſemper ſtuderent, manibusq. mouendis nullam curam adhiberent, ueriſimile ſit, ut prius ſaltatoria partes inferiores dumtaxat exercens inuenta ſit, deinceps χειρονομία, quae ordinatas manuum motiones edocebat, ei adiuncta ſit, ut una cum ceteris praedictis motionibus manuum connexionem, conſertionem, compectinationem, diſtentio-

nem, complexum, alternationem saltatores peragerent: atque ita D
vniuersa saltatio ex motibus tam manuum, quam pedum ad repraesentandas res formatis conflata sit. quod autem saltantes praecipue brachia mouerent, significauit & Ouidius ubi dixit:

1.& 2 de arte amã.

Si vox est, canta, si mollia brachia, salta.
Brachia saltantis, vocem mirare canentis.

Huius finis primarius licet (vt diximus) imitatio foret, nihilominus alios etiam fines eam habuisse comperio; nam ad theatra, & ad ludos voluptatis gratia, nec non ob religionem quandam ad sacrificia in usu fuisse praeter Platonem atque Plutarchum testatur Galenus, qui in principio curatiuae artis uehementer contra sui temporis homines inuehitur, quod saltatoriae nimis operam darent, quasi solis uoluptatibus, & ludis dediti bonas artes negligerent. Quod E
pariter ad quaerendam corporis fortitudinem militaremque peritiam eadem saltatione maiores nostri uterentur, tametsi supra ex Platone comprobatum fuerit, tamen addendum est illud, quod omnis armata saltatio pyrrhichia uocitata nõ ob aliud inuẽta fuit, nisi quo uirtute illius tam pueri, quam uiri, & mulieres modo hostes effugere, modo inuadere, aliosq. gestus bellis gerendis necessarios perdiscerent. unde apud Xenophontem Paphlagones Mimam saltatriculam a Myso pyrrhicham saltare iussam conspicati, admirã tes graecos interrogarunt, numquid mulieribus etiam in pugna uterentur. in hoc quidem saltationis genere cum Phrynicus se excellenter in fabula gessisset, illum sibi Imperatorem Athenienses delegerunt. Neque etiam difficile est indicare hanc eandem saltationem, & bono habitui comparando, & sanitati conseruandae nõ F
parum conduxisse. quandoquidem de manuum gesticulatione, quam χειρονομίαν uocant graeci, scriptum reperitur & ab Hippocrate & ab Aretaeo, atque alijs, pro exercendis & sanis, & interdum aegris corporibus usurpatam esse. Temporibus uero nostris saltationes alias tempore, ordine, & certo modo factas talem utilitatem praestare nemo negaret, quemadmodum Galenus se plurimos sanitati restituisse, aliosque in ea solius saltationis auxilio conseruasse confitetur: qui similiter & saltatorum exercitationes inter cetera a medico petita recensuit. dum dixit: ὀρχηστῶν αἱ σύντονοι κινήσεις ἐν αἷς ἅλλονται μέγιστα, καὶ περιδινοῦνται στρεφόμενοι τάχιστα, καὶ ὀκλάσαντες ἐξανίσανται, καὶ προσύρουσι, καὶ διασχίζουσιν ἐπὶ πλεῖστον τὰ σκέλη. idest saltatorum uehementes motus, in quibus maxime saltant, & velocissime uolutati circum circa uertuntur, nec non genua flectentes sursum exsurgunt, atque crura plurimum attrahunt

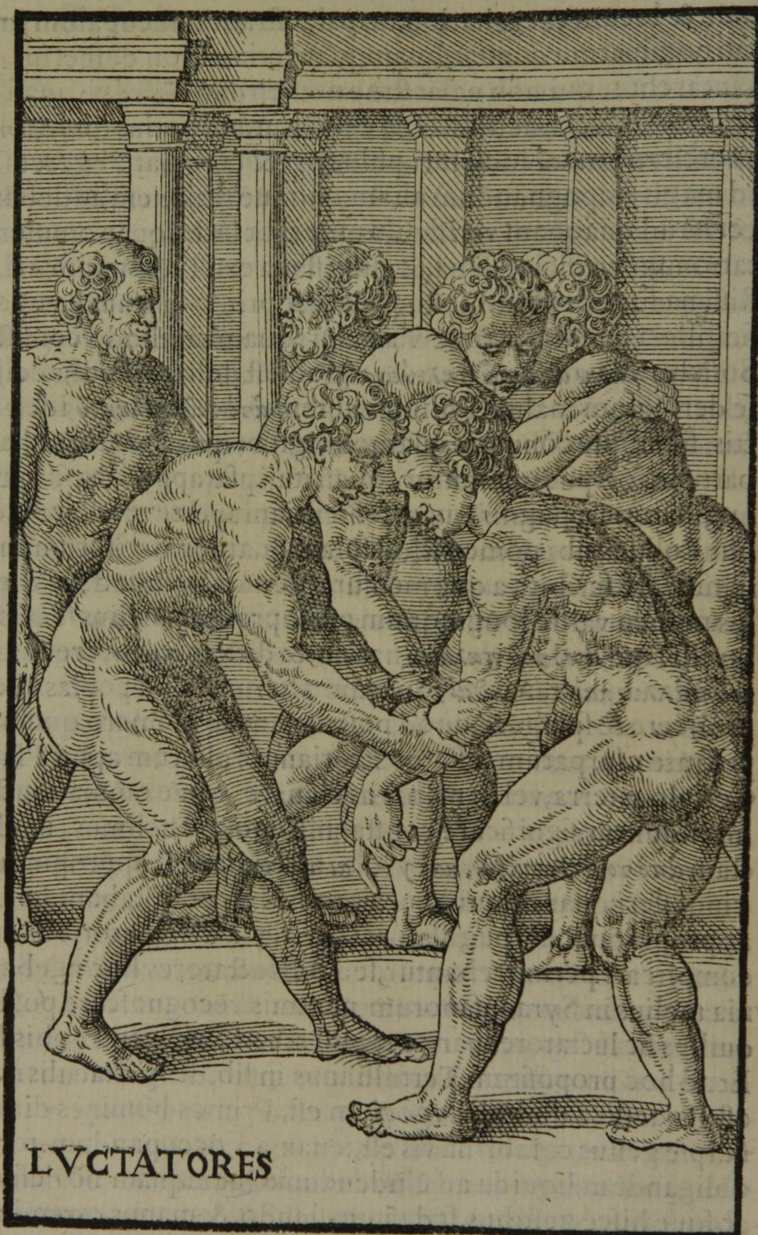
loc.citatis

2.de diaeta. 1. de cur. cron. cap 1.

A hunt,diuaricantque. ut dubitare nemo debeat, quin Orcheſticam in gymnaſtica medicinae iure collocauerimus; praecipue quod Socrates in conuiuio Xenophontis ſe ſaltatoriam tum ad ualetudinem efficiendam,conſeruandamque,tum ad corporis robur comparandum exercuiſse palam profitetur, cuius quoque gratia eum ſibi amplam domum optaſſe ferunt.Qui uero hanc orcheſticam exercerent,uarios fuiſse reperio. Cinaedos maxime omnium ſaltandi arti operam nauaſse ſignificauit Plautus: apud quem Periplectomenus ſenex ſic ait. Tum ad ſaltandum: non Cinaedus vſquam magis ſaltat, quam ego. quamquam Nonius Marcellus Lucilij teſtimonio,atq. etiam Plauti,vult, cinaedos dictos a ue erib. ſaltatores ipſos, atque pantomimos, ἀπὸ τοῦ κινεῖν τὸ σῶμα. Poetae ſimiliter omnes non modo hiſtriones motus figuratos edocebant, uerum & ipſi In Miſ. glor.act.5
B quoque interdum ſaltabant:nam Theſpias,Pratinas,Cratinus,Phrynicus poetae omnes iccirco ſaltatores nuncupabantur,quia nō modo propria drammata inter ſaltantes choros repraeſentabant,verū etiam extra propria poemata, uolentes omnes ſaltare edocebant. pueri quoque, & mulieres omnium frequentiſſime in ſaltationibus uerſabantur, poſt quos etiam ſaltationi operam nauabant quibuſcumque ualetudinis, & roboris gratia uel a medicis, uel a gymnaſtis illud agere praeceptum erat.Loca autem,in quibus ſaltationes peragerentur,primo, dum nondum excultae forent, fuerunt uici, & plateae publicae;deinde,cum maiorem dignitatem,atque ornamentum recepiſsent,ad theatrorum partes quaſdam tranſlatae fuerūt,quae & ab Ariſtotele,& a Polluce ob id orcheſtrae uocatae fue
C runt, unde etiam chorea nomen ſaltationis perelegans emanauit.a theatris ad palaeſtras, ſiue gymnaſia illas traductas fuiſse auctor eſt Athenaeus, cui aſſentiri uidetur Plutarchus in nono ſympoſiacon, Li.14.dip. ubi mentionem cuiuſdam facit,qui pyrrhicam adeo egregie ſaltauerat,ut pueros in palaeſtra geſticulantes excellere viſus eſset. quo etiam in loco Meniſcum paedotribam ſaltationis iudicem effecit, ut inde plane coniectare ualeamus paedotribas gymnaſiorum miniſtros orcheſticae non paruam cognitionem habuiſse. In cōuiuijs item ſaltationem exerceri ſolitam fuiſse teſtatū clariſſime reliquit in Sympoſio ſuo Xenophon,ſicuti Plutarchus,& Plinius,nec theatra eandem reſpuiſse memoriae prodiderunt. Concludo itaque ſaltationem a gymnaſtica omni acceptam eſſe, ſicuti ſphaeriſticam, quae fuerunt duae orcheſticae partes,in quam, & in palaeſtricam uniuerſam ipſam gymnaſticam diuiſimus: atque haec ſatis de ipſa:

DECLARATA iam satis, quantum ad hanc tractationem spectabat, saltatoria, modo palaestricam, quae erat altera gymnasticae pars, ut aggrediamur, operaepretiũ est, cui post modum & reliquas exercitationes tam in gymnasijs, quam extra factas subiungemus. Palaestram multas sub se exercitationes habuisse demonstratum superius fuit, inter quas cõtinuo primum locum obtinuit lucta a Graecis communi nomine πάλη, quandoque καταβλητική, siue deiectoria a Laconibus nuncupata, quae illa ipsa fuit, quam habuisse Loth cum Angelo, ac inde fuisse pede laesum narrant sacri libri, qui quod aiunt contigisse Iacob, & Esau in uentre matris, id etiam cõtigit Epeo Equi Troiani Fabro, quem Eustathius ex Lycophrone narrat in uẽtre matris cum gemillo luctasse, & ueluti uincitorẽ prius sibi uiam ad exitũ parasse. Haec E nihil aliud fuit, nisi exercitatio quaedam in loco gymnasij peculiari nempe palaestra, siue porticu tecta, quae xystus uocabatur, fieri solita, ĩ qua luctatores bini nudi, uncti oleo, & puluere aspersi sese brachijs complicantes, inuicemque concertãtes, alter alterum deijcere humi contendebant, ad quod peragendum embolae, parembolae, paratheses, & systases necessario requirebantur, illudque praeceteris quaerebatur, vt pedes primo cõprehenderentur, quod Pseu-
Act. 5. dolus ebrius apud Plautum significauit, de uino dicens. Captat pe-
„ des primum, Luctator dolosus est. Sed antequam certamen inirent,
„ musculos prius calefaciebant, perfrictionibusque, ac lenibus motibus explanabant. quod si aliquando haec agere intermisissent, ijs quaedam partes rumpebantur, conuellebanturque, sicuti tradit Ga- F
Cap. 8. le. 4. de locis affectis: qui etiam alibi scriptum reliquit, hũc a gymnasticis in luctis obseruatum esse ordinem, vt numquam uehementes inirent, nisi prius faciles, & simplices essent edocti, neque has aggredi solitos antequam fricarentur, neque fricari, priusquam ungerentur. Dixi, binos, quoniam etsi plures possent uno tempore eodem in loco lucta contendere, tamen semper unus uni dumtaxat complicabatur, & apud nonnullos non solum viro uir concertabat, sed puellae quoque iuuenibus contendebant, quemadmodum apud Lacones, & sicuti de Chijs refert Athenaeus. Luctam, quam non temere
2. de diff. pul. gymnasticae artis minimam partem credidit Galenus, non defuerunt inter antiquos, qui omnibus alijs exercitationibus vetustiorem exstitisse autumarint, nominis illius qualitate ducti, quippe cũ (πάλαι) apud Graecos nil aliud, quam uetustatem iudicare uideatur:

A nam & locum exercitationum palaeſtram nuncupatum, πάλην pri-
mo nominatum conſtat. quamquam etiam non defuerint, ut refert
Plutarchus, qui non palaeſtrae nomen ἀπὸ τῆς πάλης quaſi antiquiſ- 2.Sym. prob.4.
ſima res ſit lucta, deductū eſſe voluerint, ſed potius quod ſolum haec
exercitatio πηλοῦ ideſt luti, pulueris, & ceromatis egeret; atque ad
id magis impugnandum aliam quoque rationem addebant, uideli
cet haud quaquam veriſimile uideri, ut lucta, quae omnium exerci-
tationum artificioſiſſima, & aſtutiſſima exſiſtit, omnium etiam uetu-
ſtiſſima fuerit, cū manifeſte appareat, primo in vſum ea uocari, quae
ſimplicia ſine vlla arte, & via magis quam methodo conſiſtūt: vnde
Soſicles πάλην ἀπὸ τοῦ παλεύειν, quod eſt dolo & inſidijs deijcere, fuiſ
ſe deriuatum maluit. Philinus autem ἀπὸ τοῦ παλαισοῦ i deſt a coniun
ctis, ſimulque connexis quatuor digitis, quia luctatores hac manuū
B parte praecipue operantur, quaſi ita ipſa appellata ſit, perinde ac
pugillatoria a pugnis. quam ſententiam aperte refellere uidetur Iu-
lius Pollux, ubi nomen illud ſolam quatuor digitorum menſuram
ſignificare ſcribit, a qua menſura deduci poſtmodum exercitatio-
nis nomen valde longinquum eſt, & proinde melius ſenſiſse uiden-
tur illi, qui ἀπὸ τοῦ παλῆναι natam, & dictam πάλην, credunt, ſiue ἀπὸ
τοῦ πάλλειν καὶ πάλλεσθαι, quorum alterum apud poetas, deijcere, &
proijcere & ſpargere, quod poſtremum ab Homero quoque ac Hip
pocrate uſurpatum teſtatur Erotianus; alterum apud Platonem in
Cratylo a terra, vel in manibus eleuare, quae omnia a luctatoribus
intenduntur, ſignificare conſtat: niſi quoque uelimus, ut alij, ita di-
ctam ἀπὸ τοῦ πλησιάζειν, καὶ γίνεσθαι πέλας, hoc eſt appropinquari & ui-
C cinos fieri: quandoquidem curſores ſemper diſtabant, nec vmquam
appropinquabāt; pugillatores pariter a deſignatoribus numquam
complicari permittebantur, ſed ſoli luctatores hoc agebant: vt om-
nia melius in Syracuſanorum nummis recognoſcere poſſumus, in
quibus ſic luctatores uarios repraeſētari, indicauit nobis Ligorius.
Et ad hoc propoſitum Tertullianus in lib. de ſpectaculis ita locutus
eſt: Palaeſtica diaboli negocium eſt. Primos homines diabolus eli-
ſit: ipſe geſtus colubrina vis eſt, tenax ad occupandum tortuoſa ad
obligandum, liquida ad eludendum: Quamquam nō defuerint qui
abſque hiſce geſtibus, ſed tātum ſtando, & manus extendendo col-
luctatores uincerent, qualem fuiſse Melancomam quendam à Ti-
to Imperatore uehementer adamatum narrat Themiſtius in orat.
x. de pace.


LVCTATORES

A Tota haec facultas in gymnasijs tres fines habuit, temporeq. Galeni mirũ in modũ eius peritia creuit, nempe quando refert ipse primo de art. xxiij. luctandi magistros uarias, ac multiformes membrorum distorsiones, circumnexionesq. inuenisse: primum, ut Athletae in illis exercerentur, quo in ludos, sacrificia, & amphitheatra exeuntes, victoriã adipisci posſent: atque huius luctatoriae auctores fuiſse Antheũ, & Cercionẽ scribit Plato: Secundum ut ad bella homines exercerentur, quod exercitationis genus, primo in vsu positum alij a Theseo Atheniensiũ principe; alij a Phorbante Thesei paedotriba referunt. tertiũ ut homines, & pueri luctantes optimũ corporis habitũ acquirerent, sicque sanitatẽ curarent; in quo usq. adeo elaborabant, & totis uiribus contendebant, ut non raro sic luctantibus oſsa aliqua frangerentur, & luxarentur, quae illis palaestrico quo- 7.de leg.

B dam pacto ab alijs diuerso se remittere cõsueuiſse testatur Galenus. Hoc tamen animaduertendũ eſse duco, Galenũ non modo luctam athleticã, quã respub. bene institutas odiſse scribit, improbaſse, uerũ & sanitati studẽtẽ interdũ parce laudaſse, ut pote qua robur quidem augetur, at luxationis, ac fractionis oſſiũ, necnon suffocationis periculum immineat. similiter & Clemens Alexandrinus qui tempore Galeni Romae floruit, in iij. Paedag. lib. ubi exercitationum tractationem habet, luctas omnes improbat, eam tamen honestiorem, & magis uiro dignã facit, quae μετ' εὐσχήμονος & gratia bonae, ac utilis ualetudinis efficitur. Praeterea, quoniam Plutarchus solũmodo luctam, & pancratium uolutatorium in palaestra exerceri solitum scribit, duo cõsideranda sunt. Alterũ, ꝙ palaestra aliquando significat totũ gymnasiũ, ut supra declarauimus, aliquando locum lib. de machinamẽ.

C in gymnasio, ubi tot exercitationes a nobis in primo libro enumeratae peragebantur; aliquando locũ, in quo soli luctatores, & pancratiastae uolutatorij exercebantur, quorũ certamina grauia apud Galenum lib. iij. de tuen. ualet. cap. ij. appellantur. quemadmodum hic innuit Plutarchus, atq. etiã innuere uisus est Galenus in fine libri de ludo paruae pilae. Alterũ ꝙ duplex erat pancratiũ, primũ, de quo agemus infra, ex lucta & pugilatu compositũ. Secundum ꝙ uolutatoriũ nuncupabatur, speciesq. luctae erat, nã in lucta certantes sese deijcere studebant, rectiq. manebant; in pancratio autem uolutatorio humi prosternebãtur; atq. ibi inuicem cõplicati, seq. mutuo conuoluentes, alter alterũ sibi supponere nitebãtur: quemadmodũ clariſſime mõstrant depicti hic nummi cuiusdam Salustij Auctoris, qui sub Valentiniani, & Placidiae Augustae principatu Africae regno ui occupato ludos similes, atq. alios ob uictoriam edidit.


PANCRATIVM VOLVTATORIVM

A De hac exercitatione uerisimile mihi fit, Aristotelem verba fecisse, ubi nullum erectum, & stantem continenter, & tuto incedere posse demonstrat, quia perinde se moueret, ut palaestritae, qui per puluerem in genua subsidentes procurrunt. De hoc item alicui probabile uideretur, locutum esse Martialem, ubi dixit. Lib. de animalium gressu.

Non amo qui vincit, sed qui succumbere nouit
Et dicit melius τὴν ἀνακλινοπάλην.

nisi potius exponendũ esset ἀνακλινοπάλην, reflexionẽ, qua palaestrita reducto pectore aduersariũ retrahebat, ac ictũ illius deuitabat, aut potius (vt erat Poeta semper obscoenitatũ amator) eã lecti luctã interpretemur, q̃ κλινοπάλην Domitianum vocasse tradit Suetonius. & quã a spurcissimis tam uiris q̃ foeminis exerceri consuesse narrant Spartianus, Lãpridius & Capitolinus. De eodẽ itẽ loquebatur An- 6. collect. cap. 27.
B tyllus apud Oribasiũ, dũ duplicẽ luctã effecit, alterã erectam, alterã super pauimento; pro lucta super pauimento nil aliud intelligẽs, nisi Pancratiũ uolutatorium, quod tamen ualde diuersum erat ab altera uolutatione, ab Hippocrate ἀλινδήσιος nomine significata, qua homines in palaestra humi prostrati uel soli, uel cum alijs circumuoluebantur, & de qua Coelius Aurelianus uerba fecit, ubi uolutationem in palaestra pro diminuenda carne laudauit; siquidem in ea nec certabant, neque complicabantur, sed solum celeriter supra pauimentum nitidum, aut puluere conspersum sese rotabant. unde Galenus eam inter celeres motus non sine ratione posuit. li. de diaeta. 6. de diaet. 2. de tue. val.

De Pugilatu, & Pancratio, & Cestibus. Cap. IX.

C Pugilatoriam πυγμικὴν a Graecis uocatam ante Troianorum tempora in usu fuisse, testati sunt Plinius, & ante Plinium Homerus, quem etiam Plutarchus in 2. Symp. obseruauit, continuo pugilatum luctae, & cursui iccirco praeponere, quoniam hoc exercitationis genus prius illis originem accepit, sicuti quoq. Lucr. hoc uersu innuere uidetur. Prob. 5.

Arma antiqua manus, vngues, dentesque fuerunt. Lib. 3.

Quid vero esset haec exercitatio, quomodoque perageretur, pauci (quod ego sciam) diligenter explicarunt, & minus ceteris hãc rem intellexerunt illi, qui pugnã cestuũ, & pugilatum idẽ penitus exstitisse uoluerunt. ex auctorum tamen scriptis coniectura cõsequi possumus, in hac exercitatione homines nudos concertare cõsueuisse, pugnisq. strictis uel nudis, uel aenea, uel lapidea sphaera plenis, unde σφαιρομαχεῖν, uel loris, laminaue circumsepti sese inuicem percutere, modo caput, modo dorsum, modo brachia petentes, neque vnquã sese mutuo complicantes; in qua pugna superabat qui uel aduersarium

rium pugnorum ictibus in terrã prosternebat, vel grauius & damno- D
2. Symp. Prob. 5. sius feriebat; quamquam non desunt qui ẽt calcibus huiusmodi pugnam factitatam tradant, ob idq. apud Senecam epist. 81. non σφαιρομαχίαν sed σφυρομαχίαν legendum putant. Quod ẽt victoriae signum esset ipsius aduersarij confessio ore, uel manu, uel aliquo alio gestu facta, qui negaret plane expers rerum esset. Tyrrhenos ad tibiam πυκτεύειν solitos fuisse, ex sentẽtia Eratosthenis refert Athenaeus 4. Dipnosoph. Hoc certamen Plutarchus quidẽ exercẽdo corpori inseruisse, testatũ reliquit. ego uero ita sentio, pugilatum inter exercitationes a Galeno in 2. de tu. ual. adnumerari, sed pro sanitate tuenda, proq. bono corporis habitu comparando parũ in vsu in gymnasijs fuisse. ad quod credendum duabus potissimum rationib. adducor, quarũ prima est, qđ Gal. bis, vel ter solummodo pugilatum nominauit; & Antyllus, qui hanc rẽ diligẽtissime tractauit, nullum poene uerbũ de hac exercitatione habuit, sicuti nec vllus alius fide dignus medicus excepto Aretaeo, qui in uertiginosis pugilatũ cõmẽdare uidetur: nisi (quod ego suspicor) sit Graecus contextus deprauatus. Quod si pugilatus medicae gymnasticae exercitationis genus exstitisset, aequũ certe erat, non adeo ab oĩbus silentio praeteriri. Altera ratio est, quod, si naturã pugilatus exacte spectemus, cũ pcussiones, & euitationes bellum gerentibus necessarias aemuletur, ut dicebat Plutarchus, edoceatq. quin militarem peritiã magnopere adiuuet, infitiari non possumus; at cũ solum brachia, atq. pugnos exerceat, interdumq. potius plagis, ac grauibus percussionibus corpus offendat, quomodo ualetudinis conseruationi, bonique habitus acquisitioni cõferre possit, nõ uideo: ut tuto dicendũ sit, pugilatum in gymnastica medica exiguũ usum habuisse, in militari uero multum, in athletica plurimum: cuius principes, & auctores fuisse Amycum, atque Epeum, prodiderunt Plato, & Galenus; nec non in qua adeo Glaucus Carystius excelluit, ut quinta & vigesima Olympiade coronatus pictae, i. pugilatoris nomine per excellentiam meruerit uocari. Pugilatores istos pinguedini comparãdae operã dedisse, legitur apud Terentiũ. quod agebãt, ut grauius percutere ualerent, & plagas ipsis illatas minus sentirent: est enim experientia & ratione cõprobatũ, obesos minus ex carnibus iniurias sentire. Cur autẽ Tesprio ille Plautinus, ab Epidico interrogatus, quomodo herilis filius ualeret, respõdeat, pugilice atq. athletice, nõ est admodũ difficile coniectura cõsequi. quod etiã Galenus scriptũ reliquit, Luctatores potissimũ athletas ueros esse uocatos, sed paullo ante ipsius tempora etiã eodẽ nomine appellatos fuisse pugiles, & pãcratiastes.

In Eun. act. 2. sce. 3.

3. de alim. fac. c. 2.

E

F

qua

A qua de re fieri pōt ut Plauti aetate pugiles ab athletis diuerſi eſſent, Plau.ĩ Epidico.
vtriq. tamen robori, & corporis craſſitiei ſtuderēt, & iccirco ſeruus ille merito pugilatum, & athleticam ſeparauerit, herumque ſuum robuſtum, & pingui uentre eſſe ſignificarit. Ex lucta & pugilatu tertium quoddam excitationis genus componebatur, quod pancratium communiter gymnaſtici omnes appellabant, in hoc (ut teſtatur Ariſtoteles primo Rhetoricorum) qui exercebantur, aduerſarios, & pugnis ferire, & comprimere, & continere, & deijcere ſtudebant: nam pugiles ſolis pugnis contendebant, nec umquam complicabantur; ut commendanda ſit urbanitas Horatij, qui 3. Satyr. li. 2. uenuſtè admodum phreniticos, quod pugnis miniſtros, & adſtātes ferirent pugiles vocauit. luctatores complicabantur, & comprimebant, ut deijcerent, ſed pugnis minime percutiebant, pancratiaſtae Cap. 5.
B tum utroque utebantur, & tum etiam quacumque alia ratione, ut dentibus, genibus, calcibus, talitris, denique toto corpore (ut dixit Pauſanias) aduerſarium uincere contendebant, atque in eo a pugilibus differebant. quod illi pugnis ſtrictis, hi digitis ſolummodo inflexis certabant. atque hoc ſignificare voluit Galenus vbi ſcripſit: εἰ δὲ ἕκαστος τῶν δακτύλων καμφθῇ, τὸ σχῆμα τῆς χειρὸς γένοιτο μάλιστα τοῖς ἐν παγκρατίῳ προτετακόσιν αὐτὴν ὅμοιον, hoc eſt, ſin autem unuſquiſque di- » gitus flectatur, manus figura ijs maxime ſimilis euadet, qui ipſam » in pancratio protenderint. talis etenim manuum figura prehenſan- » dis aduerſarijs, cui maxime ſtudebant pancratiaſtae, ut nomen quo- » que ſignificare uidetur, ualde accommodata erat, his de cauſis exercitatio haec παμμάχιον uocata eſt quandoque, ſicuti Plato Euthydemum πάμμαχον dixit, necnon ambobus difficilius certamen habebatur,
lib. 5. elia.
1. đ motu muſcul.
C tur, ob quod Galenus in 6. Epid. vbi renibus affectis exercitationem commendat Hippocrates, ſub tali exercitatione non debere pancratium ob magnitudinem laboris intelligi credit. qua item ratione permotum opinor Platonem, dum 8. de legibus ſua illa parū ab aliquibus approbata feminas exercendi ratione ductus, mulieres ſolummodo poſt nubilem aetatem pancratio exerceri conſulit. de Pancratij ſpecie quapiā loquebatur mea ſententia Galenus, quando in commentarijs ſuper libellum de ſalubri diaeta dixit, gymnaſtas fere, quos impinguare uolebant conſtituiſſe, inter exercendum προσάπτεσθαι, καὶ σωματομαχεῖν, (erant enim quaedam exercitationum genera) ut ſcilicet iungerentur, & toto corpore certarent, ſed nudi. ac ſine complexu. Panaetius quoque apud Gellium lib. 13. cap. 26. pancratiaſtarum geſtus, & luſus hunc in modum pinxit. Vt ſunt Athletarum qui pancratiae (melius pancratiaſtae) uocātur, nam ſi- »

çuti illi

„ cuti illi ad certandum uocati proiectis alte brachijs consistunt, ca- D
„ putq. & os suum manibus oppositis, quasi vallo praemuniunt, mem-
„ braq. eorum omnia, priusque pugna motu est, aut ad uitandos ictus
„ cauta sunt, aut ad faciendos parata, &c. Hanc exercitationem ex his fuisse, quae in gymnasijs peragebantur, perspicue significauit Propertius, ubi palaestrarum Lacedaemoniorum exercitationes decantans dixit:

Et patitur duro vulnera pancratio.

Neq. tamẽ ob id colligere decet, Prancratium apud medicos multum in sanitatis vsum uenisse, quoniam, si pugilatus & lucta rarius ab ijs corpori exercendo probabantur, tãto minus Pancratium ex pugilatu, & lucta constans sanitati multum ex vsu esse potuisse credendum est. quod si Galenus aliquando scripsit, se plurimos Pancratio sanitati restituisse, aut in ipsa conseruasse, illud effecit in ijs, qui exercitationibus huiuscemodi solis deditis erant, atq. tunc magna prudentia, & dexteritate adhibitis: ut nequaquam inferendũ sit, Pancratium in gymnastica medicinae locum aliquem praecipuum habuisse; quamuis secus plurimum eius auctoritas in athletica ualuerit, atque etiam in bellica; quandoquidem in ludis, & certaminibus vsque adeo Pancratiastarum spectaculum oblectabat atque reputabatur, ut etiam nobiles illud exercere non recusarent, qualis fuit Phrynon Atheniensium dux Pancratiastes clarissimus, quẽ Pittacus Mityleneus singulari contendens certamine reste sub clypeo latente inuoluit, atq. hoc modo superauit: qualis item fuit Autolicus, cui ob gloriam Pancratij in Prytaneo loco Athenis dignissimo statua erecta fuit. Inuenio etiam quoddã pugnae genus apud ueteres pãcrapum nominatum, sed aduersus bestias, tantummodo id committebatur, vt uidere licet apud Cassianum lib. collat. v. ca. xiiij. Simile profecto pugilatui uel potius eius quaedã species erat certamen illud, quod cestibus peragebatur. ij autem erant laminae aeneae manibus alligatae, quibus autem alligabantur, erãt lora quaedã pũctis interstincta; quae manibus & brachijs circumcirca alligabantur, vt non modo pondere aliquo, & crassitie, verum etiam soliditate cestibus certantes seipsos ferirent. vnde patet, hos aliqua ex parte diuersos fuisse a pugilibus proprie uocatis, nẽpe qui solis manibus in pugnos coniunctis inter se dimicabant: quamuis etiam ita certantes nonnumquam pugiles uocari scio, ut apud M. Tullium 2. Tusculanarũ quaestionum lib. Cestiphoros in gymnasijs quoq. exerceri solitos testatum fecit Propertius, qui li. 3. in palaestris Spartanorũ puellas etiam cum cestibus exerceri consueuisse, in hunc modũ scribit.

2 de tu. ua. cap. vlt.

E

F

Nunc

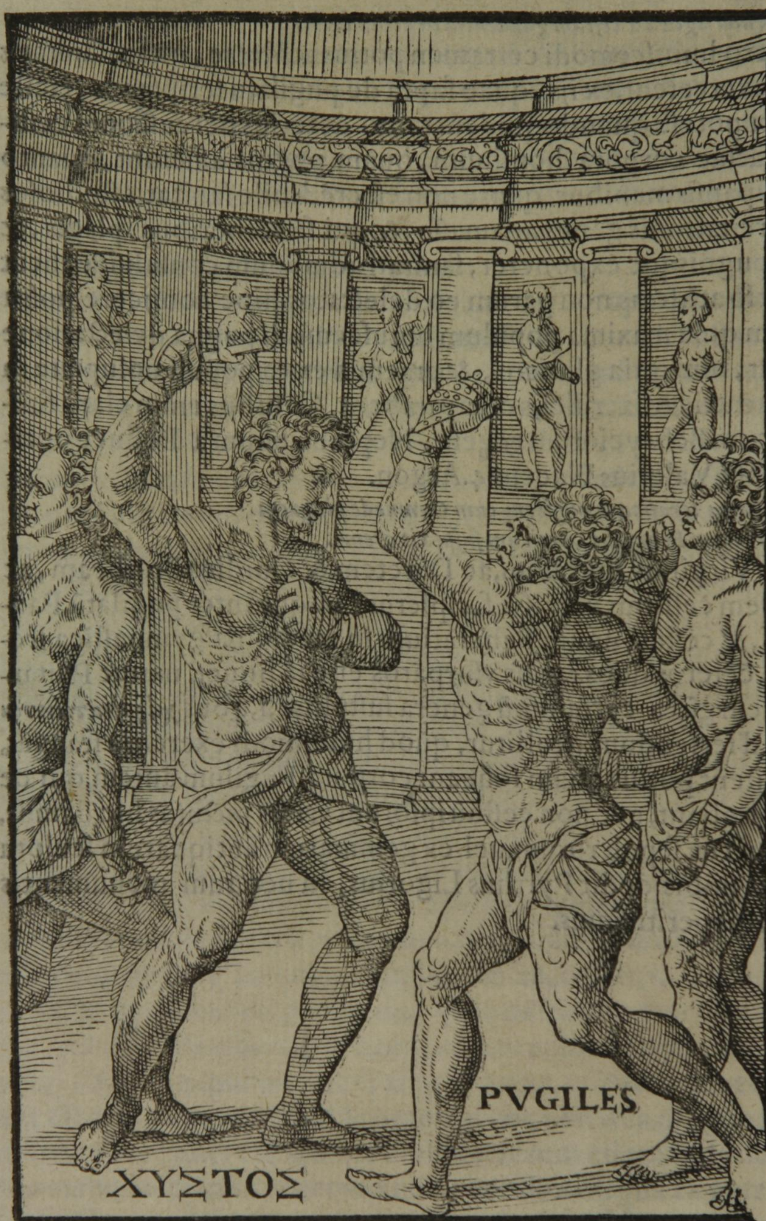
A *Nunc ligat ad cestum gaudentia brachia loris.*

Quod uero huiuscemodi certamen potius athletae, quam sanitatis studiosi exercerent, ex ijs, quae supra de pugilatu scripsimus, facile cognosci potest: quandoquidem tanto deterius percussiones cestibus impactae corpora hominum, quam pugnis afficiunt, quanto pugni expansis manibus. quare non est credibile sanitatis studiosos hoc exercitationis genus adamasse, & qui se verberibus, plagis, & ictibus, pugnisque exponeret, sanitati admodum consuluisse: sicut ex aduerso athletas non parum eo delectatos, hinc conijcere possumus, tum quia maxima populum huiuscemodi pugna delectatione afficiebat, tum quia gloriam, & praemia ex ea populi uoluptate in amphitheatris, & sacrificijs comparabant. Cestibus enim clarū fuisse Amycum Bebryciorum regem, Neptuni filium a Polluce occi-
B sum, scripsit Valerius Flaccus 4. Argon.

Sparta terapnaea pugilem cum Gymnade pinguem
Stratum Bebrycius Amicum suspexit arenis.

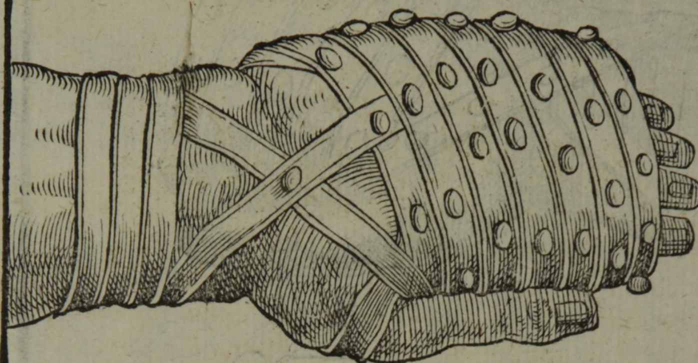
similiter Virgilius Entellum, ac Daretem, & Ouidius Brotheam, ac Ammonem cestibus ualuisse scripserunt. itaque inter pugilatū, Pancratium, & cestus, unum Pancratium in medicina gymnastica frequētius, ceteros duos rarius vsurpatos esse iā liquet. narrat Plutarchus Lycurgū ea certaminū genera sustulisse, ī, q.bus χεὶρ ἀνατείνεται manus ad feriendum attollitur, quod huiusmodi exercitia frangāt, & debilitent potius quam foueant corpora. Pugilum autem, qui cestibus certabant, nec non cestuū ipsorum varias picturas hic damus, ut ipsas uel ex sepulcrorum, uel ex gemmarum antiquarum sculpturis captas nobis dedit Pyrrhus Ligorius, in ueterum monumentis
C renouandis peritissimus.

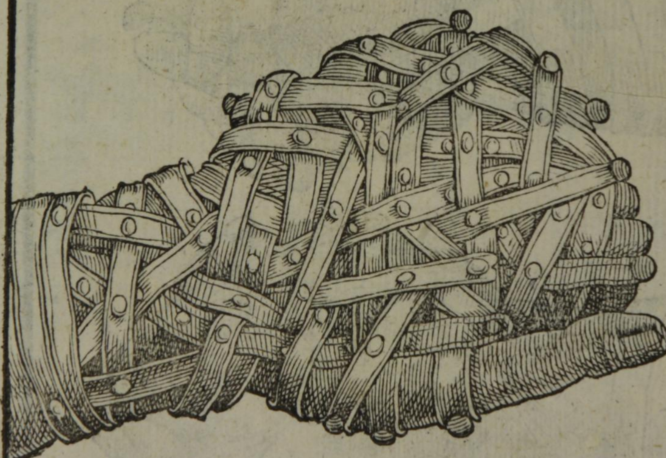
5. Aeneid.
5. metam.


PVGILES
ΧΥΣΤΟΣ


CAESTVS

CAESTVS





A *De Cursu* Cap. X.


Nter cetera,quae ob uitae conseruationem animalibus a natura tributa fuerunt,currendi potestatem praecipuam esse,omnes,qui eorum statum considerare uolent,sine labore intelligent, si quidem cetera quaeque,quibus se ipsa tuentur,uel non statim connascuntur,uel nõ perfecte corpora defendere ualent,quin ab insidiantib.aliqua ex parte laedãtur,at cursus cunctis fere ab ortus principio donatur ,atq; ita corpora ab insidiatorũ,& omnium offendere ualẽtium iniurijs tuetur, ut nullã laesionem ea sustinerepatiatur. quo magis homini ualde cõquerendũ esset,cũ multo tpe ad currendũ ineptus degat; nisi & ipse,cui crura ambulationis, & cursus gratia a natura in eã figurã fabricata Arist. & Gal. prodiderunt, hanc iacturam custodia parentũ, sub qua tunc uiuit,facile emendaret, qui ẽt naturae donis non modo ad uitã cõseruandam,uerum ẽt ad eam iucunde simul,atq; sane traducendam uel solus,uel oĩum animaliũ maxime uti nouit,sicuti in cursu uidere possumus, qui cum uitae duntaxat conseruandae caussa hõi tributus foret,eo tamen ad gloriam,ad uoluptatem, ad sanitatem consequendam uti nõ aegre tulit. Quis nescit,maiores nostros inter alias exercitationes,ut disputat Plutarchus ij. Sympos. v. ad spectacula, ad militares exercitationes,ad sanos habitus acquirendos institutas cursum quoque habuisse? cui locum peculiarem in gymnasijs assignatum nullum uidere licet, quod haec exercitatio in uijs ipsorum communibus, dum ab alijs non occuparentur, fieri posset, atque etiam quandoque in loco, ubi altus puluis stratus erat, si credimus Luciano, ageretur. neque enim peridromidas ad cursum, etsi nomen innuat, sed ad deambulationis usum institutas scimus ex superioribus.Athletae,qui ludorum & certaminum gymnicorum celebritates repraesentabant,usque adeo currendi uim interdum aestimabant,ut (quod refert Plinius) lienem sibi ipsis inurendum curarent,quominus ille currẽdi celeritatẽ,sicuti solet,impediret. Huiusce cursus certamen, sicut & luctae primos Eleos sine ullo ueteris memoriae exẽplo instituisse auctor est Pausanias: apud quẽ similiter legitur,Endymionẽ filijs de imperio tale certamen in Olympia proposuisse;nec non currendi morem Nemiacis, & Isthmicis intermissum ab Hadriano restitutum esse. Ex quo loco scire possumus & seruos, & ingenuos antiquitus in cursus certaminibus contendisse: eo magis quod tradit Lampridius, Alexandrum Seuerũ numquam cursorem nisi seruum uoluisse,quod diceret,ingenuum nõ nisi in sacro certamine currere debere. Et laconicos,unaque Cynicũ

[Margin notes: B (beside "uiuit,facile emendaret"); C (beside "Luciano, ageretur"); lib. de cõi aial. gress. li.15. d vsu partium. — In dialogo de gymnasijs. — li.11.c.37 — 5.& 6.Eliacorum. — 8.de leg.]

Diogenẽ curſum tanq̃ militib. futuris inutilẽ dãnaſse conſtat, quod D
quoq. in lib. ad Thraſybulũ cõfirmauit Gal. illud tamen puto uerisſimũ, non oẽs ſeruos, nec in oĩbus agonib. cõtendiſse, ſed tñ in ignobilioribus, a quib. arcebantur ingenue ſacris duntaxat adduci: ſicut ẽt liberti praeſertim Imperatorũ quos ſingularibus priuilegijs eos donaſse hiſtorici pleriq. referũt. Et Ariſt. qui 3. pol. c. 3. ſcribit apud Cretenſes ad certamina ſeruos nõ fuiſse admiſsos, innuere uidetur apud alias gentes ſeruis quoq; eſse conceſsũ. Ex altera parte Plato ad bellicas exercitationes ita curſum cõmendauit, ut non modo uiros, & iuuenes, uerum ẽt virgines, pueros, eos qui grandiores erãt, & mulieres, omneſq. tã nudos, q̃ armatos ad currendũ exerceri uoluerit, nõ in ſtadio ſolũ, ſed & in dolicho, in diaulo, & in ephippio, ut iure diſputetur apud Plutarchum. ij. ſymp. antiquior ne fuerit in bellico, & cõcertatorio uſu lucta, & pugilatus, an curſus. Platonis ſnĩam ſe- E
cutus Vegetius in cõmentario de militari exercitatione ſcriptũ reliquit, ad curſum praecipue iuuenes, qui militari diſciplinae incumbunt, aſsuefaciendos eſse, ut maiore impetu in hoſtẽ currant, ut loca opportuna celeriter, cũ uſus venerit, occupent, uel aduerſarijs idẽ facere uolentib. praeoccupent, ut ad explorãdũ alacriter pergãt, alacrius redeant, ut fugientiũ facilius terga cõprehendãt. Refert Salluſtius de Magni Põpeij exercitatione eũ cũ agilibus, ſaltu; cũ uelocibus, curſu; cũ ualidis, uecte certaſse, neq. aliter Sertorio aequandũ umq̃ fuiſse, niſi ſe, & ſuos milites huiuſcemodi frequentib. exercitijs ad bella praeparaſset. Ex quib. colligitur, curſum hunc in gymnaſtica bellica maximi momenti fuiſse, & quemadmodũ athleticũ quatuor praecipuas habuiſse ſpecies, ſtadiũ de quo D. Paullus loquebatur, quando dixit currentes in ſtadio ob corruptibilẽ coronã certa- F
re; dolichum, diaulum, & armatum, in quorum poſtremo bis Callicra-
lib. x.c.9. tem uiciſse ſcri bit Pauſanias, unde σταδιοδρόμοι, δολιχοδρόμοι, διαυλοδρόμοι ὁπλιτοδρόμοι dicti ſunt, horum exercitatores. Qui praeterea Ariſ. j. lib. mag. moral. & Gal. medicũ in 2. & in 6. de tu. ua. lib. non oſcitanter uidit intelligere facile põt, curſum inter exercitationes ſanitati, ac bono corporum habitui conferentes non exiguam partẽ habuiſ-
lib. Epo. I. xv. ſe, quãdo ẽt Seneca inter exercitationes corporis, quarũ rationẽ habendã cenſuit, primũ locum curſui dedit, etſi non admodum percipio, quid epiſt. 3. indicare uoluerit dum ſe Hieram feciſse, quod raro euenit curſoribus, ait: nam ſi (vt eruditiſsimus Muretus putat) pro Hiera mediã ſtadij lineam cõcipiamus, quomodo curſores eã raro facere dicat, non ſatis aſsequor. Huius tres tantum ſpecies effeciſse Antyllum reperio, alterã in anteriora currẽdi, alterã in poſteriora,

A riora, alterā in orbem. quāuis itē apud Galenū, & dolichū, & diaulū reperiri sciā, quorū alterū refert ipse, Graecis continuatū diu cursū significare, quem tamen maior pars auctorū duplicis stadij spatium exstitisse censet, alterū verò definiunt fere omnes fuisse cursum, quo stadium semel currebant, & recurrebant. Itaque stadium erat cursus vnius tantū stadij, dolichus duplex uno cursu stadiū; diaulus duplex, & ipse stadium, sed reflexo cursu. ut fieri posse credā perystilij interioris ambitum, quem diaulum, ob duorum stadiorū mensuram uocatum tradit Vitruuius, huiuscemodi cursui inseruisse. Quapropter falsum illud esse deprehenditur, quod apud Suidam legitur, stadiodromus longiorem tractū metiri cursu dolichodromis, cum huius contrariū manifesto intelligat ex Parmenionis epigrammate. 2. de tu. va. cap. 10.

B
Φημὶ πολυστιχίην ἐπιγράμματος οὐ κατὰ μούσας
Εἶναι ζητεῖ ἐν σταδίῳ δόλιχον.
Πόλλ᾽ ἐκκυκλεῖται δολίχου δρόμος ἐν σταδίῳ δὲ
Ὀξὺς ἐλαυνομένων πνεύματος ἐστὶ τόνος.

Idem ex prouerbio μὴ ζήτει ἐν σταδίῳ δόλιχον a Polluce lib. iij. citato magis adhuc confirmatur, quo significatur, in re minori non esse quaerendam maiorem. Ad haec habuit cursus multas species a locorum uarietate desumptas, quoniam si quando extra gymnasia cursitabant, prout necessitas, commoditasue postulabant, aut per plana loca, aut per aspera, aut per aequalia, aut per inaequalia, aut per prata, aut per montes cursum agebant. Neque hic mirari debet quisquam, quod ualetudini studentes extra gymnasia quoq. currerent; propterea quod loca similia cum haud quaquam omnes for-
C mas exercitationibus quibusuis aptas habere possent, cogebātur interdum homines, prout ualetudinis ratio exigebat, extra gymnasia prodire, ubi perinde ac in illis modo induti, modo nudi currebant. de quibus omnibus extat Aristotelis, sententia, quod currētes nudi 2. partic. vestitis coloratiores redduntur, ut oēs qui loca libera, & aspiratiora prob. 30. incolunt, melius colorantur, quam qui impedita & silentia tenent. & partic. 38.

De Saltu. Cap. XI.

CVRSVI saltus, ἅλμα a Graecis gymnasticis uocatus, non parum assimilatur, nempe qui, sicut cursus est continuatus saltus, ita ipse sit intercisus cursus; hunc a saltatione, de qua superius sermonem habuimus, longe differre, nullus ambigit, cum opus alterius ὀρχεῖσθαι, alterius ἅλλεσθαι, & a Platone, & a Galeno, & a reliquis probatis auctoribus dicatur. Huius exercitationes nullum fere ad bellicam exercitationē effatu dignum, aut

non saltem necessarium, aut non admodum crebrum vsum exstitis- D
se, inde conijcerem, quod Plato inter alias nullā prorsus de illo mē-
lib.1 de re mili.c.9. tionem fecerit, sed vnius Vegetij in hac re non contemnedi aucto-
ris testimoniū me secus sētire cogit, vbi scribit iuuenes, qui militiae
operā nauant, ad saltū praecipue exercēdos esse, quo vel fossae trā-
siliuntur, uel impediēs aliqua altitudo superatur, vt, cū eiusmodi di
ficultates euenerint, possint sine labore transire. In athletica uero fa
cultate saltū locū habuisse, praeter Pindaricos interpretes, qui inter
ludos in pentathlo contentos, saltum primū hoc versiculo fecerunt.

ἅλμα, δίσκος, ἀκόντιον, δρόμος καὶ πάλη, idest,

Saltus, tum discus, tum lucta, & iacula, cursus,

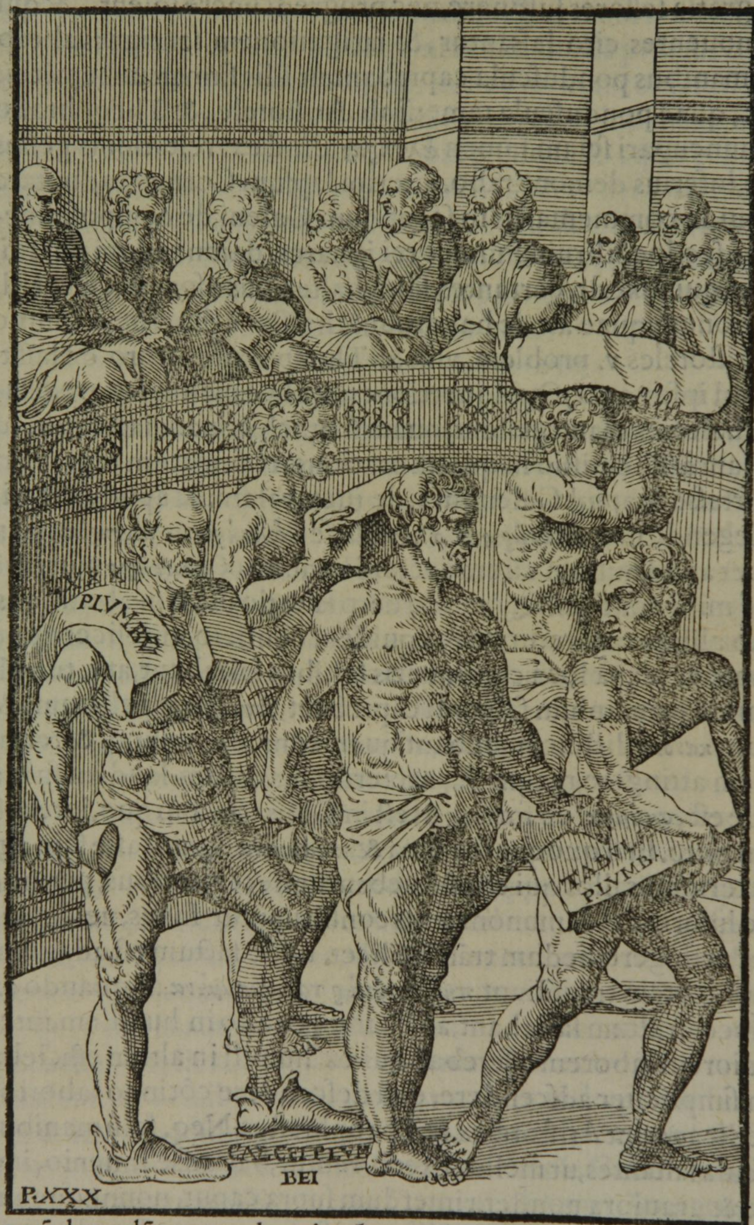
testatur abunde Aristoteles, qui in libro de communi animalium gressu scriptum reliquit, pentathlos athletas halteribus utraque ma nu comprehensis maiorem, & concitatiorem saltum edere, quam E
non comprehensis, quod itē post ipsum Theophrastus in libro περὶ κόπων plane confirmauit. Porro gymnasticam medicinae saltu nec ipsam caruisse, satis comprobauit Galenus, dum eum inter ceteras palaestrarum exercitationes saepius recensuit: sed Antyllus penes Oribasium diligentius omnibus, & saltum exercitationem sanitati idoneam esse, & quid sit, demonstrauit, ubi hanc sententiam habuit: quod exsilire, & saltare inter se differunt, quoniam πηδᾶν, siue exsilire, est motus quidam cursui similis, quando scilicet eodem in loco corpus manet poplites inflectendo, & circumuehendo, saltus siue ἅλμα est motus ferme continuus in sublime, vel tamquam medium, uel tamquam metam, nullis certis legibus, neque imitationibus ter minatus, ob quod a saltatione differre apparet, nempe quam legi-
bus, numeris, & imitationibus uti ostendimus. has saltus species Se- F
Lib.2. Epist. 15. necam intellexisse existimo, dum pro exercendo corpore saltū com mendabat, uel qui corpus in altum leuat, uel qui in longum mittit, uel qui saliaris, aut fulonius dicebatur. Exsilitione olim utebantur Lacaenae mulieres ad nates saltando, quae retroflexis cruribus ita saltabant, ut calcibus nates attingerent, quandoq. cruribus alterna tim inflexis, quandoq. uero vtrisque uno & eodē tempore. Has mulieres postmodum aereis statuis repraesentasse Callimachum statua rium, ob nimiam diligentiam Cacirotechnum nūcupatum, auctor
Li.14.c.8. est Plinius. quem autem proprie saltum Antylli auctoritate uocamus, in gymnasijs duplici modo vsurpatum inuenio; altero, quando saltantes uacuis manibus seipsos in sublime agebant: de quo uer
Lib. d' cōi aīāl gressu ba faciens Aristoteles scripsit, arduum & difficile esse, saltu continē-
tem agere motum, argumentum afferens equorum illorum, quos

pompae

A pompae gratia sessores sustinere, nec progredi sinere solent, & qui ita sese mouentes cito lassantur, & fatigationem sentiunt; altero quando manibus ponduscula capiebant, ut illis firmati uehemẽtius saltarent, quae ponduscula tametsi ab Aristotele, & Theophrasto ἁλτῆρας nuncupari sciam, tamen ἁλτῆρας aliud exercitationis genus exstitisse, inferius demonstrabo. Interim lapsum Cornarij adnotare placet, qui in commentarijs in secundum Galeni de composit. medicament. sec. loc. librum, huiusce rei ignarus, damnandum putauit Budaeum, qui dixerit, certantes saltu halteribus vsos esse; nã ut illi fortasse donem, quae ait de halterum, & halcterũ diuersitate; nihilo minus Aristoteles v. problem. viij. & Theophrastus libro de lassit. aiũt, (quod ipse negat) Quinquertiones, & alios melius saltare, si lapidẽ, vel halteres manu gestent, quam si brachio inani iactentur. id B quod etiam à Themistio in quarta oratione cõfirmatum reperitur, Vnde fortasse & apud Galenum 2. de tuen. valetu. & apud Artemidorum legendũ non ἀλκτῆρες & ἀλκτηρία, sed ἁλτῆρες & ἁλτηρία: quando scilicet apud nullum alium auctorẽ hanc uocẽ ἀλκτῆρες usurpatã inuenire mihi contigit. Quomodo uero saltatio ista tam ab athletis, quam ab alijs perageretur, haec equidem conijcio, uidelicet quod interdum per plana loca continuatis saltibus saltabant, atq. tunc limitem, unde principium saltandi capiebant, βατῆρα appellatum, & mensuram κανόνα dictum habebant, quemadmodum quoq. & terminum, quem attingere, magnam, praeterire, maximam laudem fuisse verisimile est, σκάμμα seu forsan, ut est in Glossario antiquo, interdũ uocatum puto. Et si quoque scamma & ἐσκαμμένα significasse scio aggeres, & terminos illos qui constituebantur decertantibus, perinde ac hodie lusoribus, & monomachis constituuntur funes, uel ligna, quae nec attingere, nedum trãsilire licet, unde factum est adagium in eos, qui metam transiliunt, πηδᾶν ὑπὲρ τὰ ἐσκαμμένα, aliquando ex humili loco in altum saltabant, aliquando ex alto in humilem, inter quos maiorem laborem afferebat, qui ex humili in altum efficiebatur, cum simpliciter adscendere, quã descendere cõtinuo laboriosius praedicauerint Aristoteles, & Theophrastus. Neq. solũ manibus ponduscula saltantes, ut melius exercerentur, habuisse inuenio, immo uero & grauiora pondera interdum supra caput, nonnunquam supra humeros, aliquando in pedibus gestasse. quemadmodum uidere est ex hac uetustae tabulae pictura, in qua saltantes appositissime repraesentantur: quamque ut antiquam, & ueram a Ligorio accepimus.

In libro περὶ κόπων.

v. Sect. pb. lib. de lassit.



An ea pōdera dūtaxat ad maiorē exercitationē faciēdā īseruirēt, ita existimo, ijs, q gr̄a valetudinis exercebant, hūc finē habuisse. At alijs ad gloriā quādā inanē potius tēdebāt, qđ. s. q maioribus pōderibus onerati longius, & altius saltarēt, ij maioribus p̄mijs, atq. honoribus

A decorarent. Erãt quoq. q̃ ſupra vtres oleo unctos & uino plenos pedib. ſaltarẽt; inter quos uictores ij cẽſebant, q. ita ſeſe dextere gerebãt, vt plubricitate humi nõ caderẽt, atq. hi ꝓ uictoriae pmio vtrẽ cũ vino ferebãt: q. vero terrã natib. pcutiebãt, nõ ſine magna uoluptate ſpectatorib. riſũ mouebãt. Id aũt antiquitus obſeruatũ in ludis Baccho dicatis, quos ἀσκώλια uocabãt, proditur, in quib. utres caprinis pellib. cõflati ſaltib. calcabãtur in caprarũ contẽptũ, q̃ adeo uitib. infeſtae creduntur. De hoc Ariſtophanes in Pluto: ἀσκωλίαζ᾽ ἐνταῦθα πρὸς τὴν αἴθρ᾽ αν. i. hic ſub dio ſupra vtrẽ ſalta, & Eubulus apud Ariſtophanis interpretẽ καὶ πρόσγε τοῦτο ἀσκὸν εἰς μέσον καταθέντες εἰσάλλετε, καὶ καγχάζετε ἐπὶ τοῖς καταῤῥέουσιν. i. Quare utrem in medio collocantes ſupra ipſũ ſaltate, & eos qui humĩ ceciderint, cachinno proſequimini. De his etiam Virgilius 2. Georg. *Atque inter pocula laeti.*

B *Mollibus in pratis vnctos ſaliere per utres*

Sed illud nõ ignorãdũ, qđ ſcriptũ eſt apud Iul. Poll. ἀσκωλιάζειν, tã de his, q̃ đ uno ſubleuato peđ, altero ſolo ſaltãtib., dictũ eẽ apđ ueteres.

De Diſco & halteribus. Cap. XII.



Iſci iactũ inter exercitationes gymnaſiorũ haud q̃q̃ infimũ locum habuiſſe, non modo Gal. clariſſimis uerbis affirma uit, Propert. pdixit, uerũ ẽt Vitruuius elegãtiſſima quadã hiſtoria aperte inſinuare viſus eſt, apud quẽ legitur, qđ cũ Apaturius Alabãdeus Trallibus ſcenã excellẽtiſſime finxiſſet, adſpectusq. eius pp aſperitatẽ eblãdiretur oĩum uiſus, & iã id opus ꝓbare fuiſſent parati, tũ Licinius Mathematicus ꝓdijt, & ait Alabãdeos ſatis acutos ad oẽs res ciuiles haberi, ſed pp nõ magnũ uitiũ ĩdecẽtiae inſipiẽtes eos eſſe iudicatos, qđ ĩ gymnaſio eorũ, q̃ sũt, ſtatuae oẽs, sũt 2. ſtu. ua. Libro 3. lib. 7. c. 5.

C cauſſas agẽtes, ĩ foro aũt diſcos tenẽtes, aut currẽtes, ſeu pila ludẽtes: notauit. n. mathematicus qđ, ſicuti ſtatuae cauſſas agẽtes foris sũt ꝓpriae, ita diſcũ tenẽtes gymnaſij, & ob id indecentẽ inter locorũ ꝓprietates ſtatũ ſignorũ publicae ciuitati vitiũ exiſtimationis adieciſſe dixit. Erat itaq. antiquis illis diſcus gymnaſij exercitatio, q̃ an bellicae peritiae ſtudioſi inter ceteras exercerẽt, nõ admodũ mihi cõſtat, niſi Plato inter iaculationes illas uarias, quas magnopere futuris optimis militib. cõmendat, diſci quoq. iaculationẽ ſubintelligi uoluerit, quẽadmodũ Homer⁹ quoq. 2. Ilia. ſignificauit, ubi finxit Achillẽ Agamẽnoni iratũ Myrmidonas ſuos a pugnãdo remouiſſe, atq. illos ipſos ne torpeſcerẽt ĩ maris littore ſeſe diſcis, atq. iaculis, tãq̃ militib. aptis, exercuiſſe: quaſi ſi nõ laedẽdis hoſtib., ſaltẽ uariae agilitati ipſorũ cõparãdae hmõi exercitatio accõmodata eſſet. Athletas uero ĩ eo ſe exercuiſſe, nec nõ ĩ publicis certaminib. cõtẽdiſſe, manifeſtũ facere põt cõis auctorum ſnĩa, qui inter athletarũ certamina diſcum oẽs uno ore adnumerãt, & praeter hos pictura, quã hic damus.



ſicut etiam Galenus, Aetius, Paullus, & Auicenna inter exercitationes ſanitati & bono corporis habitui conferentes diſcum recenſent. Sed, priuſquam longius progrediar, rationi conſentaneum puto admonere, Diſcum penes ſcriptores uaria ſignificaſse, nã teſtatur Suidas, diſcum

A ſcum fuiſſe inſtrumentum quoddam rotundũ,quod aliqñ adeo graue erat,ut uix ab uno hoĩe eleuari poſſet;uel uti a D. Hieronymo de ſeipſo ſcriptũ eſt. De hoc equidẽ locutum opinor Solonẽ apud Lucianum, ubi interrogans Anacharſin, nunquid in gymnaſio globũ quendam iacentem aeneum,atq. teretẽ,in parui ſcuti figurã formatum,neq.lorum,neq. baltheum habentem uidiſſet,qui grauis,& cõprehenſu difficilis erat, cum manu ſurſum extortum in aerẽ aliquos iaculari conſueuiſſe,ſubiũgit:Aliqñ ẽt inuenio, inſtrumentũ illud figurã ſolis corpori ſimilem habuiſſe,quod ab Alexandro in ij. probl. (ſiue is Aphrodiſienſis,ſiue Trallianus,qđ magis ſuſpicor,exſtiterit) ſolis corpus δίσκος uocetur. Vocatus ſimiliter fuit diſcus quadra rotunda,qua epulae in menſas ferebantur. Vnde δισκοφόροι appellati ſunt,qui quadris ferendis deſtinãtur. Sic legimus caput D. Ioannis B Baptiſtae ſaltatrici in diſco oblatum eſſe. Poſtremo diſcum inſtrumenti,de quo nos loquimur,genus deſignaſſe reperitur. Quale porro inſtrumentum is eſſet, ita proditum inuenio. Interpres Homeri Euſtathius exponens uerba illa ij. Iliados.

δίσκοισιν τέρποντο, id eſt, *ludebant diſcis*,

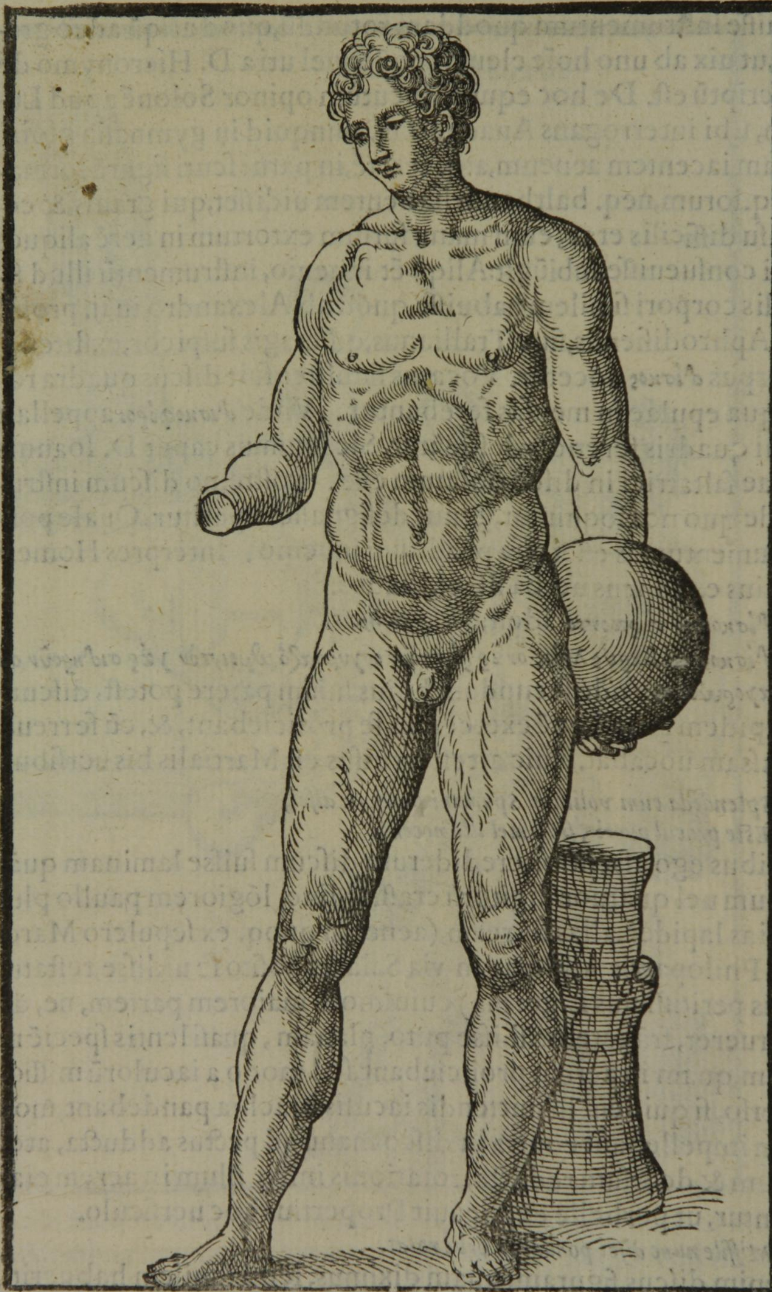
inquit: δίσκος ἐστὶ βαρὺς λίθος, ὃν ἐρρίπτουν οἱ γυμναζόμενοι, τὸν γὰρ σιδηροῦν, σόλον προσαγορεύουσι. Vnde ſecundum huius ſniam patere poteſt, diſcum fuiſſe lapidem grauẽ,quẽ exercentes ſe proijciebant, &, cũ ferreus, erat,maſsam uocabãt.Huic atteſtari uiſus eſt Martialis his uerſibus.

Splendida cum volitant Spartani pondera diſci,
Eſte procul pueri, ſit ſemel ille nocens.

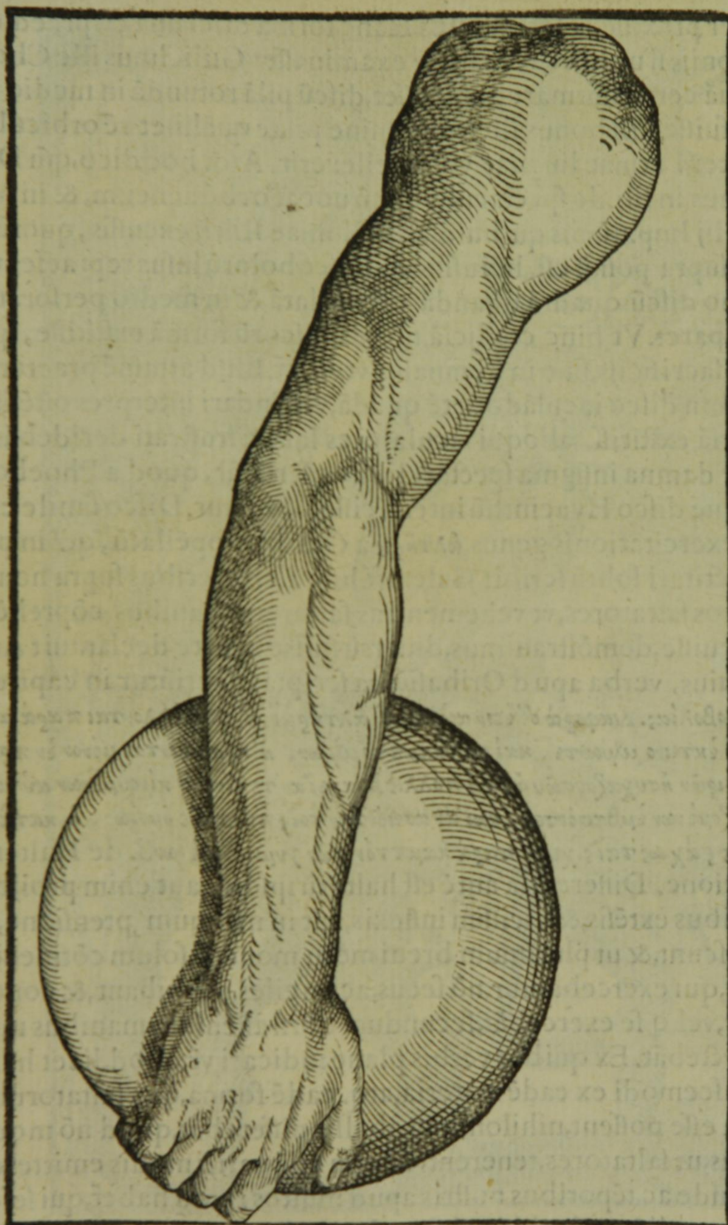
Alij.quibus ego aſsentior,crediderunt diſcum fuiſse laminam quãdam trium uel quatuor digitorũ craſſitudine, lõgiorem paullo plus C pede,alias lapideã,alias ferream,(aeneam quoq. ex ſepulcro Marci Mannij Philopatris Athletae in via Salaria poſito ſe uidiſse,teſtatus eſt nobis peritiſſimus Ligorius) cuiuſmodi maiorem partem, ne, dũ ex alto rueret, frãgeretur,fuiſse puto, planam, quaſi lentis ſpeciẽ referentem,quam in aerem proijciebant,ſed modo a iaculorũ miſſione diuerſo, ſi quidem in mittendis iaculis brachia pandebant,mox prorſum impellebant contra in diſco manu ad pectus adducta, atq. extrorſum & deorſum reducta, rotationis inſtar illum in aerem eiaculabantur, ut perbelle explicauit Propertius hoc uerſiculo.

Miſſile nunc diſci pondus in orbe rotat.

Quod enim diſcus figuram, quam diximus, lenti ſimilem habuerit, praeter Dioſcoridem lenticulam δίσκον nuncupantem,expreſsa hic comprobat Diſcoboli marmorea ſtatua, quae hodie Romae in aedibus Ioannis Baptiſtae Victorij ſeruatur, in cuius manu diſcum figura a nobis expreſsa poſitum uidere licet.



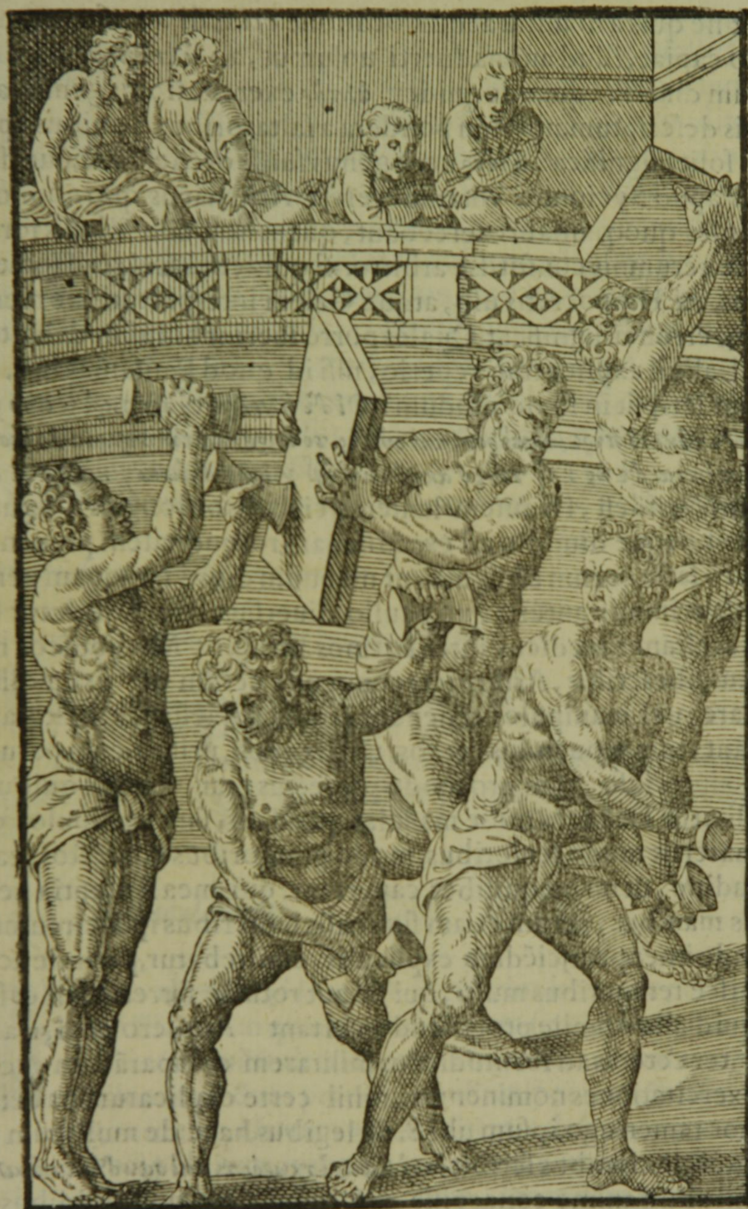
qđ itē oſtēdit alterius diſcoboli brachiū Lapideū hodie in magni Tuſciae ducis aedibus Pittis uocatis ſeruatū, ex quib. ſimiliter diſcū eiaculādi modū intelligere licet, ut prudēter nos monuit doctiſſimus Petrus Victorius aetatis noſtrae ornamētū, qui brachij figurā ad nos miſit.



Harum statuarũ similes alias duas discobolorũ fuisse uerisimile est. quarum unã ex aere Myronem praeclarissimum statuariũ finxisse, a Quinctiliano celebratam, aliã Tauriscum pictorẽ illustrem excel-

lenter

lenter pinxisse, refert Plinius. Hanc formã disci una cũ praedictis te- D
stimonijs si uidisset, ac mature examinasset Gulielmus ille Choulus, nũquã certe affirmare ausus esset, discũ pilã rotundã in medio perforatã fuisse; nisi bonus ille vir nomine pilae quãlibet rẽ orbiculatam praeter Latinae linguae vsũ intellexerit. Atq. hoc dico, qm̃ D. Cyprianus in lib. de spectaculis discũ uocat orbẽ aeneum, & in Marci Aurelij Imp. nũmis quibusdã Apolloniae Illirij excussis, quorũ exẽplar supra positũ est, huiusmodi Discobolorũ lusus repraesentatur, in quo discũ quadrã quandã orbiculatã, & in medio perforatã fuisse apparet. Vt hinc conijciã, nõ vnã discorũ formã exstitisse, qua siue in sacrificijs, siue in gymnasijs vterent̃. Illud attamẽ praetereũdũ nõ est, in disco iaculãdo artẽ quãdã, vt Pindari interpres ostẽdit, necessariã exstitisse; alioqui iaculatores laude frustrati deridebãtur, & E
saepe damna insignia spectatoribus afferebãt, quod a Phoebo actũ fuit, quẽ disco Hyacinthũ interfecisse fabulãtur. Disco simile erat alterũ exercitationis genus, ἁλτῆρες a Graecis appellatũ, qđ in palaestra actitari solitũ scribit Galenus. hoc ab halteribus supra nominatis, quos saltatores, vt vehementius saltarent, manibus cõprehẽdere cõsueuisse, demõstrauimus, diuersũ fuisse aperte declarauit Antyllus cuius, verba apud Oribasiũ ita scripta reperiũtur in capite περὶ ἁλτηροβολίας. Διαφορὰ δ' ἐστιν αὐτῶν τ̃ ἁλτήρων, ἢ γὰρ βάλλονται παρὰ μέρος τ̃ χειρῶν ἐκτεινομένων τε, καὶ συγκαμπτομένων, ἢ κρατοῦνται μόνον ἐν προτάσει τῶν χειρῶν ἡσυχαζουσῶν ὡς τὰ πολλὰ βραχεῖαν τε κίνησιν κινουμένων αὐτῶν τε τ̃ γυμναζομένων ἐμβαινόντων, καὶ ἂν ἀσειόντων τοῖς πυκταῖς ὁμοίως, ἢ κατὰ σούνδεσιν τῆς ῥάχεως ταῖς χερσὶ παρὰ καμπτὸν τῶν γυμναζομένων. i. de Halteris iaculatione. Differentia autẽ est halterũ ipsorũ. aut enim proijciũtur manibus extẽsis, & uicissim inflexis, aut in manuum ꝓtensione, quae F
quiescunt, & ut plurimum breui motu mouent̃, solum cõtinent̃; ipsi uero, qui exercebantur, nõ secus, ac pugiles, introibant, & concutiebant, vel ꝗ se exercebãt, secundum dorsi assensum manibus uicissim se flectebãt. Ex quibus verbis plane indicari vr̃, quod, licet halteres huiuscemodi ex eadẽ materia, atq. eadẽ forma, qua saltatorum pondera esse possent, nihilominus ab illis differebãt, quod nõ modo manibus, ut saltatores, tenerent̃; uerum etiã uarijs modis emitterentur, perinde ac tẽporibus nostris apud multos in vsu habet̃, qui sese excercẽt, aut pilã, aut lapidẽ vel ferreũ, vel plumbeũ manibus, ac brachijs extẽsis, & circumactis in altũ mittentes, de quibus locutus fuit Aretaeus, auctor nõ minus probatus, quã antiquus; ubi in dolore capitis τ̃ ἁλτήρων βολὴν cõmẽdauit. Et vt possit certior formae huiusce exercitationis notitia haberi, adponẽdas curauimus halteristarũ imagines, quas ex gẽmis antiqꝗs sculptis acceptas ad nos misit Pyrrhꝰ Lig.



Gymnaſtica.

Et ne quis a nominũ aequiuocatione errandi occasionem aliquando capiat, illud animaduerti uolumus, ab ἁλτῆρος ἀλήτῆρα non parum differre: quandoquidem ἁλτὴρ exercitationis genus iam a nobis descriptum, nec non pondera a saltatoribus manibus apprehendi solita significat, ἁλητὴρ uero genus fuisse orchesticae, siue saltationis apud Sycionios vsitatum refert Athenaeus. quo nomine Ithacenses quoq. unam exercebant, quam non sine Vlyssis fortuna atque aerumnis constitisse arbitror; si quidem ἀλητὴρ ex Homeri uersibus, ex Hippocratis usu, atque Galeni interpretatione mendicum atq. erroneũ significat. Quales porro fuerint huiusmodi halteres, nihil aliud explicatum reperio, nisi id quod Pausanias in v. Eliacorum scripsit in hunc modum: Οἱ δὲ ἁλτῆρες οὗτοι παρέχοντο σχῆμα τοιόνδε κύκλου περαμηκεστέρου, καὶ οὐκ ἐς τὸ ἀκριβέστατον περιφερεῖς εἰσιν ἥμισυ, πεποίηνται δὲ ὡς καὶ τοὺς δακτύλους τῶν χειρῶν διιέναι, καθάπερ διὸ χάνων ἀσπίδος. idest, Hi autem halteres circuli oblongioris figuram habent, neque dimidio ad exactissimam rotunditatem perueniunt. Ita uero facta eorum est figura, ut manuum digiti tamquam per clypei ansam immittantur: a quo paullo diuersius sensisse uidetur Coelius Aurelianus medicus inter Latinos antiquos Methodicos non infimus, ubi scribit, Arthriticis conuenire ceram digitis emolliendam dare, uel manipulos tenendos, quos palaestritae halteras appellant, tum mouendos cereos, uel ligneos, primo cum paruo plumbo interfuso, tum pro modo profectus grauiores. Ex quibus uerbis elicitur Halteres fuisse massulas quasdam, siue manipulos ex uarijs materijs modo leuioribus, modo grauioribus confectos, ea magnitudine, ut manu quilibet caperetur. qui mea sententia nedum solis manibus, uerum etiam funiculis halteribus ipsis circumfusis, deinde inter proijciẽdum explicatis, emittebatur, perinde ac faciunt hisce temporibus multi, qui sic aut rotulas ferreas, aut caseos, aut quid aliud simile proijciendo certant. An uero ἁλτῆρες a Platone inter ceteras ad fortitudinem militarem comparãdam excogitatas exercitationes nominentur, nihil certe explicatum habetur: opinor tamen ego, ipsum ubi 8. de legibus, haec de mulierum proprijs exercitationibus scribit, καὶ λίθοις ἰσχυρός τε, καὶ σφενδόναις ἁμιλλομένων, nil aliud animo concepisse, nisi quod illae tum lapidibus a manibus, tum a fundis emissis inter se certare deberent. nam, & ἁλτῆρες aliquando lapides erant, quos a manibus exercitatores eijcere consueuisse indicauimus; unde sub nomine lapidis a manibus emissi ἁλτῆρα Platonem intellexisse non est prorsus rationi dissentaneum: ueluti certum est, fundam ab halteribus diuersam funiculum

Li. 4. chro. cap. 2.

D E F

A lum quendam fuisse, qui duobus capitibus manu capiebatur, altero cum ansula ne exiret, altero sine, ut dimitti posset, atq. in medio latior erat, ut ibi lapis contineretur, quem, circumacto ualide funiculo, & ab uno capite dimisso, uehementer proijciebant funditores. quam proiectionis formam duabus de caussis a Phoenicibus, quos Plinius fundae inuentores fecit, repertam credo; altera, ut minus manibus ex lapidum asperorum attrectatione nocumentum accederet, altera, ut longinquius & maiore impetu lapides proijcerentur. unde Dauidem ad prosternendum Goliatem funda uti uoluisse existimo, quoniam aduersus robustissimum Gigantem maxima ui, & maximo armorum impetu opus esse cognouerat. Hoc genus certaminis apud Balearium insularum populos usq. adeo celebrabatur, ut matres filios suos alijs auibus uesci non paterentur, nisi B quas funda sibi ipsis comparassent. lib.7.c.56

Et ideo Virgilius fundam cognomine Balearem hoc versu appellauit.

Stuppea torquentur Balearis verbera fundae. 1. Georg.

& Statius libro primo.

Roboroque & grauidas fundae balearis habenas;

Ouidius lib.ij. Metamorph.

Non secus exarsit, quam cum balearica plumbum
Funda iacit: volat illud, & incandescit eundo.

Quod uero bellica gymnastica huiusmodi exercitationem in usu haberet, faciliter ex Vegetij commentarijs unusquisque cognoscere potest.

C *De Iaculatione.* Cap. XIII.



Qvamuis τῆς πάσης ῥίψεως siue iaculationis omnis nomine apud Platonem quandoque omnem siue lapidis, siue iaculi, siue alicuius alterius proiectionem nosse ualeamus, nihilominus duas praecipuas illius species effecisse 8. de legi. dialogo uidetur, alteram τοξικὴν, alteram ἀκόντισμα uocans, quarum duarum Apollinem atque Aesculapium praesides exstitisse tradit Galenus; nos primam sagittationem, secundam iaculationem cunctos fere Latinos secuti nuncupabimus. sagittationem tribus praecipuis modis fieri solitam inuenio tum, solis amentis, de quibus Silius lib. 14. 7.de leg.

hasta iuuatur amento

tum arcubus, tum balistis, quibus sagittas subtiles, exilesq. ingen-

tes,ac primo tendentes,deinde remittentes illas eiaculabantur,atq. D
hi communi appellatione τοξευταί,uel τοξόται uocabantur; vnde ue-
nenum quoddam τοξικὸν nominari ſcribit Paullus Aegineta medi-
cus,quod Barbari ſagittas ad feriendum lethalius illo inficerent:Ia-
culatio uero non modo ſine amento, arcu,baliſtaue efficiebatur,ue
rum etiam grandiores ſagittas, craſſioreſque virgas, & plerumque
graues palos requirebat;quinimmo ſagittarij ſolis brachijs ſeſe mo
uebant; ἀκοντίζοντες autem ſiue iaculatores in iactu brachia contor-
quebant,extendebantq. & praeterea dorſum,necnon femora pedi-
bus immotis flectebant,agitabantq. quemadmodum tẽporibus no-
ſtris, quos pali iaculatores appellant,factitare conſpicimus:utrique
tamẽ in huiuſcemodi exercitationibus obeundis nõ paucis viribus
li.de aere, aquis, & locis. indigebant, unde non ſine ratione Hippocrates, multos ex Scythis
prae impotentia humiditatis humerum,neq. arcum intendere, ne- E
que telum contorquere potuiſſe memoriae mandauit, qui pariter
in initio libri de fracturis dicebat brachij figuram aliam eſſe ἐν ἀκον-
τισμῷ κατὰ φύσιν, ἄλλο δὲ ἐν σφενδόνησιν, ἄλλο δὲ ἐν λιθοβολίησιν, ἄλλο ἐν πυγμῇ.
ideſt,in iaculatione fundarum, & lapidum emiſſione,necnon pugi-
latu. Habebant uero,qui ſic exercebantur, terminos,& ſcopos ſibi
propoſitos, quos modo praeterire,modo attingere, uictoriae gratia
quiſque conabatur.quod explicauit Horatius hoc uerſu.

Saepe diſco,

Lib.1.car. ode.8. *Saepe trans finem iaculo nobilis expedito.*

Ceterum hoc in loco id praeterire nolo,quod baliſta fuit tormenti
lib. de re milit. quoq. genus,quo ſecundum Vegetium lapides,& ſagittae eiacula-
li.10.c.15. bantur; & quod ſimiliter ſagittas catapultis, & ſcorpionibus anti-
quos eijcere conſueſſe ſcripſit Vitruuius,de quibus tractare ad inſti- F
tutum noſtrum minime pertinet: quas uero nos ſagittationes, & ia-
culationes tractamus,illae ſunt,quas gymnaſtica facultas tamquam
proprias ſibi exercitationes complectitur. Quod enim medicinae
gymnaſtica iaculationes, atq. ſagittationes pro ſanitatis adminicu-
lis in vſu habuerit, (licet apud auctores raro ſcriptũ inueniatur) in-
In ſuaſ. ad bo. ar. de tamen conijcere poſſumus, quod antiqui, referente Galeno,
eoſdem medicinae & ſagittationis, iaculationisue Deos Apollinẽ
nempe,atq. Aeſculapium effecerunt. At iaculationis vtriuſque tam
cum arcu quam ſine, praecipuum in bellica gymnaſtica vſum apud
priſcos fuiſse, locupletiſſimum teſtem Platonem habemus,qui mu-
lieres,& viros futuros bellis aptos hiſce in primis exercendos cura-
uit, id quod mulieres Scytharum antea facere ſolitas ſciebat, quas
Loco cit. Hippocra. & pedibus, & ex equis arcubus uti, & ſagittas eiaculari
con-

A consueuisse, scriptum reliquit; ut sileam Homerum, qui Myrmidonas Achillis milites, dum a bello uacarent, sese iaculãdo exercere, ne peritiam militarem amitterent, finxit. quam peritiã quantopere iaculandi, & sagittandi exercitatio, adiuuet, quantumq. eadem roboris lacertis afferat, clare indicauit Vegetius in 1. de exercitatione militari lib. Athleticam neq. iaculandi exercitatione caruisse, Hercules illius auctor fidem facere potest, quem sagittãdi peritissimum ea facultate centaurum Nessum quamuis remotum & ceruam aeripidem transfixisse, harpyasq. uolucres in medio aere confecisse, tradit Seneca; atque cum eo alij. Ad haec etiam diuersae illae, atque multiplices belluae, quas in publicis spectaculis, ac ludis athletae modo sagittis, modo alijs armis interimebant, clarissimum argumentum praebent, certatores illos athleticos iaculationem quoq.
B exercuisse, nec modo ignobiles, uerum etiam maxime illustres uiros, atque etiam Imperatores ipsos, inter quos duo adnumerantur, Commodus uidelicet Faustinae Pij & prioris Faustinae filiae, & Marci principis filius; nec non Domitianus, quorum hunc centenas uarij generis feras in Albano secessu sagittis plerumque multis uidentibus confodisse, scribit Tranquillus; illum centum ictibus in arena totidem feras strauisse, tam ualidis uiribus, ut multas uno conficeret ictu, tradit Herodianus: qui similiter scribit adeo illi cer Lib. 1.
tam manum fuisse, ut, quidquid oculo destinasset, iaculo & sagitta contingeret. Ergo iaculationem, & in bellica, & in athletica, & in medicinae gymnastica locum habuisse, compertum est; cuius quidem iaculationes duo potissimum instrumenta fuisse, diximus, arcum, & sagittas, quos alij Scythen Iouis filium, alij Persen Persei
C filium inuenisse dicunt. Iam uero sagittarum multas species fecimus, alias subtiles, & exsiles, quae arcubus, & balistis eiaculabantur, Plinius. li. 7. c. 56.
quasque plumbatas fuisse existimamus: quamplurimorum, & praesertim Pacuuij in Paullo ita loquentis, Sagittis, plumbo, & saxis grandinat, niuit: nec non Aristotelis auctoritate ducti, qui in 2. de coelo scripsit, sagittas per aerem latas ipsum ignire, atque ipsum ita ignitum plumbum postmodum, quod in eis continetur liquefacere: alias crassiores, iacula Latinis uocatas, a Graecis ἀκόντια, quarum inuentorem Aetolum Martis filium, credit Plinius: alias adhuc crassiores & grauiores, palos nostri uocant.

Explicit Liber Secundus.

ARTIS GYMNASTICÆ D

LIBER TERTIUS

De agendis, & de ratione praesentis tractationis. Cap. I.



VLtas exercitationum species ab antiquis in vsu habitas superiori libro, qua potuimus perspicuitate, enarrauimus; multae adhuc restant non minus forrasse scitu dignae, quam illae, quarum maior pars tametsi haud quaquam in gymnasijs praecipue perageretur, neque item ad saltatoriam pertineret, in quam, & palaestricam E uisi sumus superiori libro vniuersam gymnasticam distribuere, cuncta tamen tractari oportere duximus, quia illa etiam si non proprie, saltem communiter exercitationes uocari merentur, & propterea nullo pacto a gymnastica excludi debent. Amplius eadem ad bonum habitum corporis, atque ad valetudinem conferre omnes medici fatentur: unde, cum studium nostrum in hoc praecipue uersetur, ut eas omnes corporis exercitationes tradamus, quae & ualetudinem iuuare, & optimum corpori habitum parere iudicatae sunt, de hisq. singulis gymnasticam considerare statuerimus, uel vnum aliquod intractatum relinquere praeter ordinē, & praeter institutū nostrū foret. Neq. uero nobis illud uitio obijci debet, quod de medicinae gymnastica sola sermonē habere in animo habentes, multa de athletica, plurima de bellica immiscuerimus, atq. adhuc in se- F quētib. idē facturi simus: propterea quod primū atq. praecipuū consilium nobis fuit de medicinae gymnastica uerba facere. at postea tribus de caussis reliqua adiunximus, tum, ut aliarū duarū cōdicionibus breuiter cognitis, tota tertiae illius natura magis perspecta foret, tum, ut quae cōfuse de singulis simul, uel indistincte saltē ab auctoribus tam Graecis, quam Latinis tradita fuerunt, ex distinctionibus nostris perfecte discerni possent, neq. ulla lectoribus errandi occasio relinqueretur, tum, quia eaedē exercitationes ab athletis, a militiae studiosis, & deniq. a sanitatis professoribus usitatae reperiuntur. quod si de medicinae dumtaxat gymnastica sermonē habuisseмus, necessario paene secuturum erat, ut uel hanc unam exstitisse crederent lectores, uel saltem alias ab hac una & normas, & originem suscepisse. quod quantos in auctoribus legendis errores pepe-

risset,

A risset, nemo uel mediocriter in bonis artibus uersatus uidere non potest, praeterquã quod si quae de gymnastica medica scripsimus, quaeque vberius in sequentibus dicturi sumus, ijs, quae de ceteris duabus a nobis dicta fuerunt, alicui comparare placuerit, cognoscet profecto illa minimam partem obtinuisse, & proinde numquã iure infitiabitur, quin manifeste appareat nos de gymnastica arte medicinae subiecta, & non de ulla alia tractare uoluisse: haec est enim illa, quae tametsi corporis uni curae operã nauare uideatur, ita tamen, & illius, & animae simul exercitationis, quod in Timaeo admonebat Plato, curam gerit, ut non sinat ita corpus prae robore, atque crassitie insolenter ferocire, quin animi motionibus secundũ rationem sese domandum, castigandum, atque dirigendum subijciat: id quod athleticam non effecisse, & iccirco ab omnibus recte B institutis rebus publicis summopere damnatam, atque ignominiose explosam fuisse, Galenus saepius praedicauit. vt etiam hac ratione merito excusari debeamus, si plura quam par aliquis iudicasset, de ea locuti sumus, qd ob id facere potuimus, ut eius natura ex vngue (ut aiunt) aestimata, & exercitationum, & in viuendo, ac conuersando athleticorum morum prauitatem cognoscere, cognitam detestari, atque euitare liceret.

De ambulatione. *Cap. II.*

C QVANTVM commodi humanae huic uitae deambulatio praestet, satis aperte sapientissima natura demonstrauit, quae mirifico quodã artificio, singularique, & prope diuina prouidentia nobis pedes non ob aliud fabricauit, nisi ut deambulare, atque deambulantes actiones illas, ad quas nati sumus, perficere ualeremus. quod cum Praedo ille circa Coracesium Pamphiliae animaduertisset, ne homines, qui in eum incidebant, ambulare amplius, & reliqua uitae munia plene, honesteq. obire ualerent, pedes illis, sicut refert Galenus, memorabili quodam crudelitatis exemplo amputabat. Deambulatio ergo, quã veluti necessariam, atque in primis commodam siue natura, siue Deus nobis tribuerunt, quanto studio custodienda, atque adiuuanda sit, nullus non uidet; eo praesertim, quod si ullae exercitationes corporis inueniuntur, quae valetudinem conseruare, imbecillitatem a morbo contractam pellere, & bonum corpori habitum comparare ualeant, quaeq. apud omnes homines, omnesq. nationes in frequentiori usu sint, una profecto exsistit deambulatio, quam non

3. de usu partium.

modo medici praecipuam eorum gymnasticae partem effecerunt, D
uerum etiam antiqui omnes usque adeo aestimarunt, ut inter cetera priuatis exercitationibus destinata, & in gymnasijs, & extra loca, nullius maiorem curam gessisse, nulliq. magis studuisse uideantur. quam ut accommodata omni tempore deambulantibus loca exaedificarent. Nam (vt ceteros auctores fide dignissimos omittam) Vi-
li.5.c.9. truuius quantopere in deambulacris fabricandis inuigilandum cēsuerit, unusquisq. ex eius scriptis facile comprehendet: ego certe ante, & post Vitruuij tempora innumera in urbibus deambulationibus loca magnifice extructa scio. quae omnia apud me tribus generibus complectuntur, quia uel porticus erant, uel subdiales loci, uel subterranei. Porticus enim quandoq. theatris, quandoque templis, & illustrium uirorum domibus adiungebatur. ante balnea simi
5.d tn.va. cap.11. liter fuisse porticus ambulationi dicatas, scribit Galenus; quando- E
que solae, & separatae exstruebantur, quales plurimae Romae olim fuerunt, quarum uestigia nunc admirationē spectatoribus pariunt, & qualis fuit Pompeiana, de qua & Ouid.

Tu modo Pompeia lentus spatiare sub umbra.
& propertius libro 2.
Scilicet umbrosis sordet Pompeia columnis,
Porticus aulaeis nobilis Attalicis & lib. 4.
Tu neque Pompeia spatiabere cultus im umbra,
Nec cum lasciuum sternet arena forum. & Martial. li. 11.
Cur nec Pompeia lentus spatiatur in umbra.

Ex quibus trium poetarum uerbis clare patet, Pompeianam porticum ad deambulationes exaedificatam fuisse, quemadmodum, & quamplures alias in id constructas esse, apud Ciceronem tertio de F
oratore libro disputatur. Quod porro subdiales quoq. locos ad deambulātium tam commoditatem, quam iucunditatem maiores nostri extruerent, atque illos modo arboribus consererent, modo nudos relinquerent, praeter, Vitruuium, qui eos in gymnasijs, & extra gymnasia quomodo fieri deberent, copiosissime edocuit, argumento quoq. sūt xysta illa a nobis superius declarata, & praecipue deambulatorium illud Athenienſium in Academia, quod pulcherri-
l.12.c.2. mis platanis consitum ad id fuisse scribit Plinius, & ad cuius imitationem Alexandrum Seuerum nemora in publicis thermis, atque in suis aluisse existimo. Subterraneos uero locos quosdam ambulationibus destinatos fuisse, quos ob id hypogaeos Hegesippus, & Petronius uocarint, haud uero dissimile uidetur: quoniam temporibus, quibus mirum in modum luxus creuerat, fieri potest, ut una
cum

A cum innumeris alijs blandimentis excogitati sint ad uitandas aesti ui caloris molestias. nisi eos potius credamus fuisse crypto porticus vndiq. parietibus tectas, iccirco in eam formam fabricatas, ne ambulantes a uentis, & a reliquis aeris iniurijs laederentur, qualis hodie Romae in uiridario Vaticano uisitur, & quales fuisse illos uerisimile est, quos se inter ruinas uillarum Luculli tam in agro Tusculano, quam in monte Pausilippo uidisse, testatus est nobis Ligorius; quosue Plinius secundus in uillae suae Laurentini, & Tuscorum descriptionibus pluribus uerbis depinxit. De his Varro apud Nonium, Non uides in magnis peristylis, qui cryptas domi non habent, sabulum iacere a pariete, aut Euripis, ubi ambulare possint? Qui enim ambulationibus sese exercebant, omnes fere sanitatis gratia illud agebant, ut necessario cogerentur secundum B temporum mutationes uarios locos habere, quibus citra ualetudinis offensionem ambulationes perficerent. Sostratum Gnidium architectum celebratissimum ambulationem etiam pēsilem primum omnium Gnidi fecisse, refert Plinius lib. XXXVI. cap. XII. Nam athletas ambulationibus numquam uti solitos ex eo credere debemus, quod neque in ludis, neque in amphitheatris, neque in sacris certaminibus, quibus omnibus inseruiebant, vmquam eos ambulando contendisse legitur. Quod si locus in gymnasijs athletarum exercitationibus, & locus ambulationibus destinatus, quem Xenophon, & Vitruuius Xystum uocatum scribunt, uicini erant, non ideo inferre debemus, athletas deambulando exerceri solitos, sed alios in Xystis ambulare, athletas seorsum exerceri consueuisse: nisi C dicamus athletas quoque post uehementes exercitationes ambulasse, atque illam ambulationem apud medicos ἀποθεραπείαν uocatam esse, & non proprie exercitationem: quid autem apotherapia foret, inferius declarabimus. Militari similiter peritiae studentes ambulationem parum curasse credendum esset, postquam nec Plato ullam eius mentionem fecit, nec in ullo bellorum genere ad iumentum effatu dignum praestare uidetur, nisi Vegetius edocuisset ualde militibus futuris ex usu esse, ut assiduo exercitati ambulare celeriter, & aequaliter discant, atque ob id ueterem consuetudinem permansisse, nec non D. Augustini, atque Hadriani constitutionibus praecautum fuisse, ut in mense tam pedites, quam equites educerentur ambulatum, & non solum in campis, sed etiam in cliuosis, & arduis locis descendere, atque adscendere cogerentur, quo nulla res uel casus pugnantibus accidere posset, quā non ante boni milites assidua exercitatione didicissent. Habuit uero haec exercitatio

li. epist. 2. & 5.

In Oecō

li. 1. de re mil. c. 9. & penult.

tatio multas species tum a natura illius, tum a loco, tum a fine de- D
sumptas; a natura quidem, quoniam, cum ambulationem definie-
3. de usu partium. rit Galenus ex crurum motu, ac quiete constare, motus ille, & per consequens ambulatio, aut erat magna, uel parua; aut uelox, uel tarda, aut uehemens, uel remissa: a loco autem uariabantur pariter ambulationum species, quandoquidem modo in urbe fiebant, & in gymnasijs, modo extra urbem, quemadmodum Phaedrus, &
In Oecō. Prodicus apud Platonem faciebant, nec non Iscomachus apud Xenophontem, qui dum in agrum pedibus seruum suum equum ducentem sequeretur, meliori se exercitatione uti dicebat, quam si in xysto ambulasset; modo in locis planis, modo asperis, modo are-
Coelius Au.li. Chron.2. c.3. lib. de causis ꝑcat. nosis, quos pro paralyticis Asclepiades, Erasistratus, ac Themison male commendabant, modo aequalibus, modo inaequalibus, modo longis, modo breuibus. de quibus omnibus copiosissime disseruit Arist. in 5. probl. parti. A fine demum accipiebantur deambu- E
lationes, nempe quando velut auxilia sanitatis, ac boni habitus adhibebātur, vel ad corporis recreationem peragebantur. postquam enim grauiores exercitationes confecerant, ne statim ad quietem tamquam a contrario ad contrarium transitus fieret, ambulationes paucas, & remissiores adhibebant, sicut & post medicamenta, ac uomitiones, atq. uniuersum hoc exercitationis genus ἀποθεραπευτικὸν appellabant: quamquam etiam gymnastae in medijs laboribus, potissimumq. in ijs, qui graues uocatas exercitationes obijsset, apo-
3. d̄ tu. va. cap. 2. therapia interdum utebantur, quod Galenus summopere laudandum iudicauit. Apud Varronem quoque, ut meminit Nonius, habetur, aliquos ad excitandam sitim ambulatione usos esse. nam in lege Maenia ita scriptum erat: Exercebam ambulando, ut siti capa- F
cior ad caenam ueniret guttur.

An Erectum stare sit exercitatio. Cap. III.



QVI rerum ipsarum naturas leuiter perscrutati sunt, nihil ambulationi ipsi, motuiq. dissimilius esse, quam pedibus erectum stare iudicarunt. At quoniam profundius quaerentes in hanc sententiam eunt, erectos. s. pedibus stantes si non ambulāt, saltem aliquo pacto moueri, proptereaque statum huiuscemodi ab exercitationum censu excludi minime debere: ideo etiam de hoc sermonem facere decreui; eo praesertim quod multi falsis rationibus ducti hanc opinionem ita animis imbiberunt, ut pertinaciter credant, stantes pedibus nullo modo

A modo ſeſe exercere, ſententiam ſuam hunc in modum probantes, uidelicet quod definitum apud omnes auctores reperitur, exercitationem motum exſiſtere, cui motui ſtatum plane contrarium eſse: praeter ceteros Plato ubiq. praedicat, dum inter prima rerum principia ſtatum & motum ueluti duo contraria collocat, quos tamen apertiſſime allucinari facile conuincitur; quandoquidem omnes illi, qui pedibus erecti ſtant, licet moueri ſenſibiliter nullo modo uideantur, attamen ratio ipſa, quod aliquo pacto moueantur, certiſſime perſuadet. Nam & multorum ueterum ſententia fuit, non quae moueri uideantur, ea moueri ſola, ſed multa immobilia apparere unum eundem locum obtinentia, quae nihilominus moueri efficaciſſimis rationibus, ac fere ſenſu ipſo demonſtrantur. Aues etenim non tam quando modo ſurſum, modo deorſum uolitant, in motu In Soph.

B eſse cenſentur, quam dum in aere locum unum fere immobiliter occupant. id quod ſic probatur, quia ſi auis quae ſtare in aere immobiliter uidebatur, in eo ipſo inſtanti moriatur, protinus in terram decidit (ut de apode illa aue manucondiata, quam niſi mortuam in terris uideri, & uiuam ſemper in aere manere ferunt) non ob aliam profecto cauſsam, niſi quoniam corpus illud in ſublimi motus alicuius ab anima in corpore facti auxilio conſiſtebat, quo motu poſtea priuatum corpus, atque naturae ſuae dimiſsum ad centrum declinat, ſicuti dum cõtra naturae ſuae inclinationem ſurſum ſuſtinetur, haudquaquam cadit, neque item perfecte quieſcit, ſed quaſi duobus motibus contrarijs agitatur, altero corporis deorſum a natura acti, altero animae ſurſum contra naturam corpus mouentis. Idem ferme euenit in hominibus erectis ſtantibus, quorum

C corporibus natura ad terram inclinantibus, & anima contra ſurſum illa ſuſtinere obnitente, motus quidam ſenſui immanifeſtus ſuboritur, cuius indicium illud habetur, quod ſi anima a corpore erecto ſtante exeat, illico ipſum in terram delabitur, quia motus ille deficit, cuius beneficio anima corpus naturaliter ad terram inclinatum, ſurſum eleuatum continebat: ut his rationibus omnino cuiuis perſuaſum eſse debeat, eos, qui pedibus erecti ſtant, ob continuos, & contrarios animae, corporiſque obnixus aliquo pacto moueri, atque ipſorum muſculos omnes corpus geſtantes, & a terra attolentes, erigenteſque uehementer intendi: cuius intenſionis, atque etiam ipſius occulti motus merito poſtea efficitur, ut ſtare maiorem laborem, ac laſſitudinem moleſtiorem pariat, quam ambulare, ſicuti praeclariſſime a Galeno ſcriptis mandatum eſt. Neque Li. de tre. & rig.
Plato ubi inter principia rerum ſtatum perinde ac motui contra-

rium

rium collocauit, uera prorsus locutus est, cum Aristoteles. 5. Physicorum libro longa oratione non statum motui, sed motum motui contrarium esse demonstrauerit; nisi potius aliquis dicat, Platonem aliud genus motus ac status mystice (ut solet) intellexisse, cum ex ipsis naturas quoque diuinas constare asserat. Si igitur tot rationibus satis comprobatur; erectos stantes aliquo pacto moueri, atque interdũ non modice laborare, consentaneum uidetur, ut non ob id status ab exercitationũ ordine remouẽdus sit, quod exercitatio definiatur esse motus, & ipse minime motus appellationem mereatur, quinimmo sicuti quãplures motus, qui sanitati, & bono habitui cõferre iudicantur, etsi uere ac proprie exercitationes non sint, cõmuniter tamen esse a nobis supra abunde ostensum fuit: similiter & stare erectum communi notione exercitationem esse censemus. Vnde sapientissimus Hippocrates, qui vlcera curanda quiete indigere alias praedicauit, stare, & sedere ipsis inimica esse scripsit: quasi innuere uoluerit, dum corpus sursum uel sedendo, uel stando detinetur, musculos magnopere contendi, atque etiam motum quendam inter animam & corporis naturam generari, qui ulcera ipsa in cicatricem coalescere minime permittat. atque hoc esse puto, quod a Coelio in Epilepsiae curatione stans exercitium uocatur. Num uero antiqui gymnastae inter alias corporũ exercitationes huiusce modi statum receperint, nil certi affirmare audeo. Athletae enim cum nullum fere usum in stando haberent, nisi quando Milonis imitatores recti stantes sese ceteris a loco dimouendos ostentandi roboris gratia praebebant, vel statu non per se, sed ob alium utebantur: ideo haudquaquam seipsos in hoc genere exercuisse mihi uerisimile redditur. Quod quaeso certamen in stando solum effectum cerni poterat, quod aut spectatoribus delectationem afferret, aut sacrificijs, uel alio modo amphitheatris, aut stadijs inseruiret, uthorum gratia athletas sese exercere, uel certare stantes solitos dicamus? stabant tamen qui athletas certantes spectabant, sed non ob aliud, nisi ut amphitheatra illa lignea maiorem hominum multitudinem capere ualerent, quandoquidem antiquitus subsellia quisq. sibi ferebat, quibus ad commode, & citra molestiam spectandum, necnon aliquando pro telis, dum pugnabant de loco, utebantur, isque usus primum M. Messalla & Cassio Cos. creuit, mox P. Scipione Nasica censore S. C. cautum, ne cui in urbe, propiusue mille passuum subsellia posuisse, sedentiue ludos spectare licitum esset. Quod porro traditum est antiquis Romanis lege cautum fuisse, ut adorantes starent erecti, stantesq. Ioui sacrificarent, quemadmo-

dum

A dum Valerius Martialis de quodam scribit.

Multis dum precibus Iouem salutat,
Stans summos resupinus vsque in vngues.
Aethon,

Minime ad athletas in sacris certaminibus,uel in celebrandis sacrificijs ludere solitos pertinuisse arbitror, quin potius altiori, & aequiore caussa illud factitatum pro certo teneo, ne scilicet sedentes, siue iacentes in adorando, somno (quod intente speculantibus saepenumero contingere consueuit) caperentur, sed attente simul, ac uigilanter diutius in adorationibus perseuerarent: nisi dicamus, illud pariter ueteres effecisse ad praestandam Dijs ipsis reuerentiam maiorem. Nam multa huiuscemodi pro maioribus reuerentiae signis apud maiores nostros habebantur,quae hodierna die secus re-
B putātur, veluti cooperto capite sacrificari pro maxima reuerentiae significatione habebatur, ut in Romanis probl. scriptum reliquit Plutarchus,& ut Curculio ille apud Plautum insinuat dicens. Quis hic est,qui operto capite Aesculapiū salutat? cū detecto capite sem ,, per ambularet. Haud secus itaque & erectum adorare pro maxima ,, honoris demonstratione reputabant, sicuti nos genuflexum:quamquam & Pythagoras, uel secundum Plutarchum Numa adorationes fieri sedendo uoluit, quo sic uota rata,firmaq. esse debere significaretur. Vnde quod erecti sacrificarent, nequaquam athletas in sacrificijs statu uti consueuisse, argumentum est. Bellicae similiter disciplinae amatores parum utilitatis in stando consequi potuisse, ut in eo genere exerceri potuerint, mihi valde rationi consentaneum uidetur; si quidem sola excepta tolerantia militibus profecto
C necessaria,quam alteram militarem uirtutem aut efficere, aut adiuuare queat erecta statio, nusquam uideo, praeterquam quod neque Plato, neque Xenophon, neque Aristoteles, neque Vegetius futuros bellatores stando sese exercere praeceperunt; tametsi Flauium Vespasianum patrem dicere solitum acceperimus Imperatorem stantem mori oportere. Verum enim vero medicorum gymnastas tam sanos,quam ualetudinarios aliquos interdum stando exercuisse, numquam negarem; quoniam plurimos usus tam ad conseruandam sanitatem, quam ad praestandum cruribus robur habere conspicio: dum enim musculi omnes contenduntur,& corpori anima obnitens laborat, vtrique ualidiores efficiuntur, interim quoque humores,& excrementa promptius ad inferiores ductus feruntur, cibiq. in uentriculi fundo, ubi perfecta concoctio absoluitur, honestius accommodantur, ex quo conijcio, hoc vnum exercita-

tionis

tionis genus post sumptos cibos in usu esse potuisse, quando non D minus ad accommodandum in stomacho nutrimentum, quã ad excitandum natiuum calorem, somnumq. prohibendum ualet, sicuti vulgaris illa, & non penitus absurda opinio, quod a prandio standum a coena ambulandum sit, comprobare videtur. Illud uero hoc in loco praeterire nolo; differre, quisne erectus sub sole stet (ἡλιοθερεῖσθαι uocat Galenus) an in umbra, quod in umbra nullam aliam alterationem patiuntur, nisi eam, quam ratione status oriri demonstrauimus; at illi, qui sub sole perstant praeter iam dictam alteratio-
5. partic. Prob. 34. nem, non parum a calore solis mutantur: nimirum cum Aristoteles scripserit, ipsos etiam uehementius incalescere, quam illos qui mouentur, quod ipsi ea aeris perfrigeratione careant, quam istos opera motus obtinere omnes quotidie experiuntur, ne taceam medicos, a quibus febres ex huiuscemodi sub sole statu generari cre- E
Epist. lib. 3. & 6. ditur. ex quo minime satis mirari soleo, quomodo Plinius Caecilius memoriae mandarit, auunculum suum Plinium alioqui in uiuendo solertissimum post cibum saepe, quem interdiu leuem, & facilem ueterum more sumebat, aestate, si quid otij, in sole iacere (quod ego stare interpretor) consueuisse; atque etiam paullo antequam ex Vesuuij concrematione interiret, sole usum frigidam bibisse. Non est praeterea ignorandum, erectum stare, perinde atque ceteras exercitationes, ante cibum quoquo prodesse, sententiamq. nostram, qua post cibos ueteres stare consuesse iudicauimus, ita interpretandam esse, ut sola haec exercitatio frequentius post mensas usurpata fuerit, non quod in usu quoque ante cibum non exstiterit, cum quisque apprime cognoscere ualeat, eos, qui ceteris exercitationibus obeundis haudquaquam apti sunt, siue sani, siue ualetudinarij, posse aliorum loco, si non aeque bene, saltem paullo minus pro sanitatis conseruatione in stando sese exercere; atque pro ambulatione leui diuturniore statu ante cibos uti, modo reliquae, quas inferius demonstrabimus, condiciones obseruentur. F

De pugnarum generibus. Cap. IV.

QVAMVIS Pugnae nomen apud Latinos, atq. Graecos scriptores multa significare comperiatur, ea tamen, de qua nos hic tractare debemus, non aliud fuit, nisi exercitatio quaedam, in qua duo ut plurimum inter se dimicabant, uel ut ad bellicas pugnas ineundas, & fortitudinem & peritiam compararent, uel ut in ludis, amphitheatris, atq. alijs publicis

cis

A cis certaminibus,spectaculisq. coronas uictoriae consequerētur,po
pulumq. oblectarent;uel ut optimum corporis habitum,atq. sanita
tem ipsam acquirerent,tuerēturq. Hos apud Euseb.viij. Hist. Eccl.
cap.xviij.Μαχητὰς nuncupatos existimo , ut ij,qui pugiles eo in lo-
co transtulerūt,inepte fefellerint. Quomodo uero efficeretur, quo-
niam satis quisq. ex se conijcere ualet, in hoc explicando haudqua
quam immorabor:illud solum praetermittere nolo , apud Oribasiū
duplicē pugnam in medicinae gymnastica exstitisse:alteram cū te-
lis semper,alteram plerumq. sine telis, quam σκιαμαχίαν Graeci,um-
bratilem pugnam uocarunt nostri.telorū pugna efficiebatur,quan-
do singuli inter se armis rudibus,uel incidentibus , & pungentibus
certabant, unde μονομαχίας nomen antiquitus utraq. sortita fuit, & a
Coelio Aureliano hoplomachia , hoc est armorum ficta confrixio 5.chro.pa.
B uocata,nec non ad diminuendam πολυσαρκίαν laudata fuit. At scia- cap.vlt.
machiam fuisse,quando homo aduersus umbram,& brachijs,& cru
ribus pugnabat,praeter Platonem,qui & in Apologia, & alibi σκια-
μαχεῖν de pugnātibus sine aduersario dixit, auctor est Oribasius, qui
ex Antylli sententia tradit, ita certantes consuesse non solum cum
umbra manibus,atque cruribus pugnare,verum etiam aduersus co-
lumnam,& aduersus palum,de quo fecit mentionem Iuuenalis, aut Sat. 6.
murum,nec non aliquando summis pedibus pugiles imitari , & in-
terdum tamquam salientes, interdum,tamquam pedibus cedentes,
id quod tunc potissimum ueteres facere consueuisse opinor,quan-
do antimachus,siue aduersarius deerat,siue quando ita exercendus
adeo delicatus erat,ut non posset minimum quid damni pati,quod
accidere solet illis,qui armis quibusuis aduersum alterum conten-
D dere solent.Primum enim illud innuisse videtur,Plato,ubi dixit:καὶ
ἔτι πάντων τε ἐμψύχων, καὶ τῶν ἀψύχων ἀπορήσαντες ποτε ἐρημίᾳ συγγυμναστῶν, 7. de leg.
ἆρά γε οὐκ ἐτολμήσαμεν αὐτοὶ πρὸς ἡμᾶς αὐτοὺς ὄντως σκιαμαχεῖν:hoc est, Si »
omnibus animatis & inanimis careamus,nūquid nos ob eorum,qui »
nobiscum exerceantur,inopiam,aduersus nosmetipsos vere vmbra-
tili pugna certare audebimus.& post ipsum Plutar.in 7. Prob. con- Prob. 10.
uiuialium : ἀλλ᾽ ὁρῶ, εἶπον, ὑμᾶς οἵους τε ὄντας ἤδη σκιαμαχεῖν πρὸς τὰ εἴδωλα:
idest,Sed uideo,ait, uos iam vmbratili pugna aduersus idola certa-
re paratos. Neq. vero admirari quis debet , qd᷑ antiquos cum um-
bris pugnasse(quasi id ridiculum sit)affirmarim, quoniam etiam hi-
sce temporibus non pauci reperiuntur , qui ex seipsis , ut exercean-
tur,aduersus aerem pugnis,brachijs,armisq. certant,uel quādo ad-
uersarius abest,vel qn̄ a nemine uideri amant. De hac Paullus Apo-
stolus loquens dixit: οὕτω πυκτεύω, ὡς οὐκ ἀέρα δέρων,i. Ita pugnis,cer-
to,quasi

to,quasi aerem non caedens. Iam uero non minus telis,quã pugnis, D & brachijs nudis huiuscemodi exercitationem usurpatã esse rationi est consentaneum. Hae itaq. fuerunt duae pugnae species,quas maiores nostri exercitationũ loco in usu habuisse reperit:ita ut nulla gymnastica exstaret,q̃ inter alias exercitationes hanc nõ receperit.quod enim athletica uetustissimis vsq. temporibus pugnandi armis incidentibus exercitatione uteretur, locupletissimũ testem Plu-
2.Prob. tarchũ habemus,qui in 5. Sympos. scriptũ reliquit, antiquitus monomachiam. s. aut singulare certamen in Pisa ciuitate, & in Elide Peloponnesi regione iuxta Alphaeum fluuium,circa quam quincto quolibet anno,hoc est,ut Pindari interpres testatur, alternis olympiadibus,siue mensibus quadraginta octo,aut quinquaginta, certamina olympica Ioui sacra celebrabãtur, vsq. ad mortem deuictorũ, cadentiumq. iugulationem procedere cõsueuisse.Praeterea narrat E Galenus,sacerdotes in Pergamo priscum morẽ retinuisse, ut aestatis tẽpore monomachias uocatas exercerent,quas ne quis credat soli Graecorũ nationi proprias exstitisse, adeũdus est Athenaeus,qui in quarto dipnosophiston auctoritate Nicolai Damasceni Philosophi peripatetici refert,Romanos monomachorũ spectacula nõ modo in festis,atque amphitheatris,uerum ẽt in conuiuijs a Tyrrhenis consuetudinẽ mutuatos adhibuisse; quamuis Romani nõ monomachos,sed gladiatores hos oẽs nuncupare maluerint,quos Iulij Caesaris aetate in foro nouissime pugnasse,quosq. pugnãtes Smaragdo
Lib. 15.c. 18. & lib. 37.c.5. Neronẽ spectasse scribit Plinius.Hi quoniam artẽ plurimis absurdis plenã exercebãt,ut a ceteris pugnantium exercitationibus integre dignosci possint,nonnulla de ipsis breuiter exponã. Nam illud primum detestandũ plane habebant, quod certantes quã grauius poterant,sese ferire studebant,& non solum(quod scripsit Scribonius Largus,qui Tiberij Caesaris,& Messalinae aetate medicinã Romae exercuit)cõtusiones in luctationibus patiebantur, sed etiã non raro vsq. ad alterius, uel etiam amborũ pugnantium interitũ certamen protẽdebatur: quemadmodũ, praeter Athenaeum,atq. Plutarchũ,
3. de cõp. me.p gen. Galenus quoq. testatur, qui se gladiatores grauiter vulneratos curasse, & ob id a suae ciuitatis põtifice in eorũ medicum cooptatum
Li.7.ca.3. fuisse scribit. Quin auctor est Gellius,gladiatori composito ad pugnãdũ pugnae hanc propositã sortẽ fuisse, aut occidere si occupauisset,aut occũbere,si cessasset.vt id uerum putare debeamus,quod M.Tullius.2. Tusculanarũ quaestionũ memoriae mandauit, athletas etiã vulneribus confectos ad dominos mittere solitos,qui quaererent,quid uellent,si satisfactũ ijs esset,se uelle decũbere. nam usq.

adeo

A Adeo mortem,ac vulnera intrepide obibant,ut nec ingemiscerent, nec multũ mutarent,huiusmodi uero nefandas hominũ caedes cum sustinere oculis nõ posset optimus Imperator Antonin⁹, narrat Diõ eũ edicto cauisse,ut gladiatores nõ acuto ferro, sed obtusis gladijs, & teretibus dimicarent, quod hodie factitant, qui pugnãdi arti discendae operã nauant. Secunda turpitudinis species,qua monomachiae huius professio notabat̃,fuit ciborũ genus,siquidẽ Plinius memoriae prodidit gladiatores hordearios vocatos, quia antiquitus hordeo uictitabant, sicut Post Plinium Galenus eosdem & faba, & ptisana uesci solitos scriptum prodidit. Tertium gladiatorũ abominandum institutum erat, in ipso certamine sanguinẽ ex vulnere aduersarij bibere,tamquam ijs ad confirmandũ animũ, & uires efficaciter conferret,nec non post pugnam cinerem pro medela potare, quod retulit Plinius. Itaq. de his,praeclare admodum sic a Cypriano declamatũ est. Paratur gladiatorius ludus, ut libidinẽ crudeliũ luminũ sanguis oblectet. Impletur in succum cibis fortioribus corpus, & a ruinae thoris mẽbrorũ moles robusta pinguescit,ut saginatus in poenã carius pereat. Homo occiditur in hominis uoluptatẽ; & ut quis possit occidere,peritia est,usus est,ars est,scelus non tãtum geritur,sed docet̃:quid potest inhumanius,quid acerbius dici? disciplina est,ut perimere quis possit,& gloria est,qđ peremit. Quid illud,oro te,quale est,ubi se feris obijciũt,quos nemo damnauit,aetate integra,honesta satis forma,ueste pretiosa viuentes in vltroneum funus ornantur,malis suis miseri gloriant̃, pugnant ad bestias nõ crimine,sed furore:spectant filios suos patres, Frater in cauea,& soror praesto est, & spectaculi licet pretiũ largior muneris apparatus amplificet, ut maeroribus suis mater intersit:hoc, proh dolor,mater & redimit,& in tam impijs spectaculis,tãq. diris esse se non putant oculis parricidas. Hactenus uir ille Christianus, cuius orationẽ hic exscribere placuit,qđ ad gladiatoriae exercitationis prauitatẽ ostendendam,nil luculentius haberi possit. Qua tñ prauitate illud mihi ualde turpius existimare in mentẽ uenit,qđ & Reipub. libertatis,& Imperatorũ temporibus rari fuerint siue nobiles,siue ignobiles,siue cõsulares,siue Imperatores,qui spectacula adeo inhumana,ac omni flagitio,& saeuitia plena libenter, atq. maxima cum uoluptate non intuerentur. Numquid autem cuiusuis generis homines, an ignobilissimi dumtaxat,gladiatoriã exercerent,anceps ualde sum.quod enim Lentulus Capuae,ut ferunt,gladiatores aleret, quod C. Terentius Lucanus, auctore Plinio,gladiatorum quadraginta paria in foro per triduum auo suo,a quo adoptatus fuerat,dederit,quod ue-

(margin notes: li. 17.c.7. Primo de alim.fac. — B li.28. c.1. & li.36.c. ulti. — li.2. epist. — C — li.35. c.7.)

nales essent,& tria illa nefanda a nobis praedicta profiterentur,mi- D
hi certe persuadente ex omnium hominum ignobilissimo simul, ac
impurissimo genere,ueluti seruis exstitisse.Ex altera parte cũ Gale-
3.de frac. nus referat,sacerdotes monomachiam exercere solitos,cum Athe-
lib.hist.1. naeus scribat illustres uiros, atq. Duces monomachiam exercuisse,
cum Herodianus, atq. Iulius Capitolinus Commodum Imperatorẽ
Spartia-nus in Pupieno ; & Albino. gladiatorem eximium fuisse,& in publicis theatris, spreta Impera-
toria dignitate,gladiatoris partes adimplesse scribant,cum tradant
alij Imperatores ad bellum profecturos munus gladiatorium,ac ue-
nationes edere consueuisse,ut ciuiũ sanguine sic effuso pugnae qua-
dam imagine Nemesis se,idest Fortunae uis quaedam expleret, uel
ut insuescerent milites uulnera,atq. caedes inspectare. qua item ra
tione Solon apud Lucianum narrat legem Atheniensibus fuisse, ut E
In Anach. iuuenes cothurnicibus siue qualeis, ac gallis pugnantibus spectãdis
studium impẽderent, quo illi uolucres vsq. ad extremam uiriũ de-
fectionem rostris certantes intuentes,ad fortiter subeunda pericu-
la,& contemnenda uulnera, ne auibus ingenerosiores apparerent,
inflammarentur,cuius studij mentionem quoq. fecit Aeschines cõ-
tra Timarchum,& Columella libri octaui cap.2.Cum inquam haec
omnia mente contemplor,quasi credere cogor, tum nobiles aliqñ,
tum ignobiles ut plurimum athleticam hanc atq. gladiatoriam pu
gnandi speciem exercuisse : quando etiam apud Athenaeum repe-
rio,nonnullos testamento cauisse, uti pulcherrimae etiam puellae
monomachorum instar decertarent, aut qui in delicijs fuissent im-
puberes.Sed gratiae Deo Immortali sunt habendae qui ad abolen
dum huiusmodi nephandum morem quoq. principes impulerit,qđ F
primum ab Honorio Imperatore factũ esse perhibet Theodoretus
ca.26.lib. quinti historiae ecclesiasticae. Atque ex his clare patet,
armorum acutorum pugnam inter athletarum exercitationes ad-
numerandam esse. quos sciamachiam quoque interdum, siue um-
bratilem pugnam exercuisse, inde satis conijcere possumus, quod
Glaucus Carystius athleta strenuus non minus ob pugilatoriam,
quam in umbra pugnandi excellentiam celebratus sit, eique sta-
tua habitu, formaque in umbra pugnantis erecta, ut Pausanias
5.eliac. narrat, tradatur : nisi certius comprobarent illud haec Dionysij in
cap. libro de diuinis nominibus uerba : ὅπερ ὁ σοφὸς οὐκ συννοήσας μιμεῖται
περὶ δυ- τοὺς τῶν ἀθλητῶν ἀπειρονίκας, οἳ πολλάκις, ἀσθενεῖς εἶναι τοὺς ἀνταγωνιστὰς
νάμεως ὑποθέμενοι, κατὰ τὸ δοκοῦν αὐτοῖς πρὸς ἀπόντας, αὐτοὺς ἀνδρείως σκιαμαχοῦ-
» τες, οἴονται τῶν ἀντιπάλων αὐτῶν κεκρατηκέναι : idest. Quod sapiens
minime intelligens inexpertos uincendi athletas imitatur, qui
saepe

A saepe antagonistas imbecillos esse supponentes, prout ipsis videtur, necnō aduersus eos absentes fortiter vmbratili pugna certātes, aduersarios ipsos uicisse putāt. Habuit & Athletarū gymnastica pugnae aduersus palum exercitationē: cum Vegetius scribat, palorum usum non tm̄ militibus, sed ēt gladiatoribus plurimū profuisse, nec umquam aut arenam, aut campum victores vllos declarasse, nisi qui diligenter ad palum fuissent exercitati. Huius meminit quoq. Plato 7. de leg. Aristoteles in Polit. & Iuuenalis Saty. 6. lib. 1. de re milit.

aut quis non videt vulnera pali.
Quem cauat assiduis sudibus, scutoque lacessit,
Atque omnes implet numeros,

Ad haec bellicā gymnasticā, pugnarum armatarū vtrarumq. exercitationibus minime caruisse, abunde demonstratum est & a Platone, 7. de legi.
B & ab Aristotele, qui in libris Politicorum semina quaedam huiusce exercitationis monstrauit, ac fortasse in illis perfecit, quos ab eo scriptos a nobis desiderari oēs docti sciunt. quamuis credibile est, dum ad perdiscendum exercerentur, rudia tela plerumq. in usum uenisse. quod enim huiuscemodi concertationes maximā ad belli peritiā utilitatē praestarent, nemo qui hisce tēporibus eorū professores spectauerit, negaret, quando similiter Plato tanti eas facit, ut ceteris exercitationum generibus pro offensione simul, & defensione praeposuerit, in ipsisq. mulieres & uiros elaborare uoluerit. Hanc rudibus armis factam militarē monomachiam illam fuisse, quam Hermippus Mantinaeos inuenisse, & Cyrenaeos aemulatos esse scribit, Athenae lib. 4.
ego ferme credo: sicuti similiter existimo, quam scrimiam uulgus dicit, eam ipsam, & non umbratilem pugnam, ut Budaeus in Com. ad
C Pandectas, Gulielmus Choulus, & alij nonnulli falso autumarunt, esse, de qua locutus Plato mea sententia uidetur, quando in Lachete scripsit, iuuenibus cōducere, ut armis pugnare discant, quoniam sic habitus corporis robustus acquiritur, nec ulla exercitatione inferior haec est, aut minus laboriosa. In hac haudquaquam certatores, quemadmodum gladiatores se usque ad necem feriebant, sed rudibus telis quasi sese petere inuicem simulantes, quandoque etiā re uera ferientes, & plagarum inflictiones, & auersiones ediscebant. Aliquando tamen cum umbra armis ēt pugnabāt: quod Celtas post coenam factitasse, Possidonius auctor est. Iam uero omnium frequētissime pugnam aduersus palum exercebant, qui militarem disciplinam comparare optabant, quam exercitationem ita factitatam scribit Vegetius, quod a singulis tyronibus singuli pali defigebantur in terram, ita ut micare non posset, & sex pedibus eminerent: contra li. 1. de re milit. c. 11.

illum palum ueluti contra aduersarium scuto,& claua tamq̃ gladio se quisq. exercebat,nunc quasi caput aut faciẽ peteret,nunc a lateribus minaretur,interdum contenderet poplites,& crura ferire,recederet,insultaret, insiliret, & quasi praesentẽ aduersarium, sic palũ omni impetu,omni bellandi arte tẽtaret. exerceamur ad palum ait Seneca Epist.18.Quomodo aũt medicinae gymnastica hoc exerci- D
6. collect. tationis genus receperit, facile cognoscet ille,qui Antylli orationẽ apud Oribasium pensitauerit. Is quidẽ veteres Graecos haud quaq̃ armorum pugnam pro valetudinarijs in vsu habuisse, sed duntaxat ad efficiẽdos in bellum paratiores milites, scribit, additque Romanos primos eam,quae pro sanitate exerceretur, inuenisse, quos idoneis quibusuis locis, rudibusq. telis primo eam exercuisse, & deinde in gymnasia inuexisse uerisimile fit, cum Galenus inter alia gymnastae munera etiam armorum exercitationẽ tamq̃ bono corporis habitui conducentem recenseat. Nam gymnasticos tam armorum, E quam umbrae pugnam,proposita sanitate,usurpasse,satis clare mõ-
2. de tuva. cap. 11. & 12. strauit Galenus,ubi ad exercenda brachia,atq. crura sciomachiam commendauit,hoplomachiam uero a Damea inuentam multorum membrorum optimo statui conferre tradidit. Quam enim armis peragebant exercitationem, hoplomachiam uocatam fuisse, praeter nominis ipsius rationem, non modo Galenus testatum reliquit, uerum etiam Coelius Aurelianus, ut paullo ante demonstrauimus,
Lib.8. nec non Martialis, qui medicum quendam hoplomachiam praue exercentem, siue potius aduersarium grauiter,& praesertim in oculis ferientem,hisce uersibus carpit.

Hoplomachus nunc es, fueras ophtalmicus ante,
Fecisti medicus, quod facis hoplomachus. F

Quamobrem ex his omnibus perspicuum cuiuis esse potest, pugnã tum armorum vtramque, tum umbrae in omni gymnasticae specie locum habuisse.Iam ad alias,quae restant enarrandae,antiquorum exercitationes, transeamus.

De nonnullis alijs exercitationum speciebus. Cap. V.


PRaeter exercitationes, quas iam perspicue quantum in tanta licuit rei obscuritate, explicauimus, multae aliae exstitere,quae licet ubique locorum,prout temporũ, & hominũ uariae occasiones postulabant,agerentur,praecipue tamen in gymasijs effici consueuisse, Galenus sentire uidetur. Eae uero sũt τὸ διὰ σχοινίου ἀναῤῥιχᾶσθαι, τὸ ἀκροχειρίζεσθαι, τὸ ἐκπλεθρίζειν,

A τὸ πυτιλίζειν idest, per funem adſcendere, manibus colluctari, ac plethriſare, & pytiliſare. Quomodo ſeſe per funes adſcendendo exercerent, ſine labore cognoſci poteſt ex hac, quae in ſculptis gemmis ueterum ſpectatur, deſcriptione. Vnde iure ſimilem exercitationem inter uehementes Galenum repoſuiſse colligitur. nam funambulos, ſchenobatas a Martiale Satyra iij. uocatos, qui hoc tempore lucri gratia per orbem uagantur, etiam ueteres ad populum oblectandum adhibuiſse, non modo ex praedicto icone recognoſcitur, uerumetiam Terentij in Hecyra locupletiſſimo hoc teſtimonio cõfirmatur. Ita populus ſtudio ſtupidus in funambulo animum occuparat. Funambulis non admodum diſſimile fuit genus id ludi, quod apud Heſychium, & Pollucem σκαπέρδα vocatum inuenitur, in eo enim trabs ſolo depacta erigebatur, in cuius ſummo foramen B erat, per quod funis traijciebatur ex una parte funiculi, alter auerſus circum ligabatur, alter ab altera trahebat, ſique trahens ſocium, uſque ad ſummum traxerat, protinus victor denunciabatur, ſin alter reſiſtens minime ſe trahi ſinebat, penes ipſum uictoria iudicabatur.


FVNABVLI
ΣΧΟΙΝΟΒΑΤΗΣ

A ἀκροχειρίζεσθαι non defuerunt, qui luctae partem quandam fuisse putarint, quando scilicet luctatores, primoribus tantum digitis insertis, periculum roboris faciebant. Sed hos male sentire, unus Galenus fidem facit, qui in 2. de tu. valet. c. 8. statim luctam ab acrochirismo disiungit. Erat igitur acrochirismus colluctatio quaedam summis tantum manibus facta, in qua nulla reliqui corporis pars ab ipsis digitis tangebatur, donec aduersarius deficeret, perdurans. Hac athletae perraro in publicis spectaculis contendebant, aliquando tamen eam ad vsum reuocabant, si quidem apud Pausaniam legimus, Sostratum cognomine Pancratiastem in huiuscemodi certamine maximam laudem consecutum, & ob id ἀκροχειριστὴν quasi per excellentiam nominatum, cum aduersariorum summas manus tam fortiter apprehenderet, ut non prius eos dimitteret, quam elisis digitis dolo- 6.Eliac.

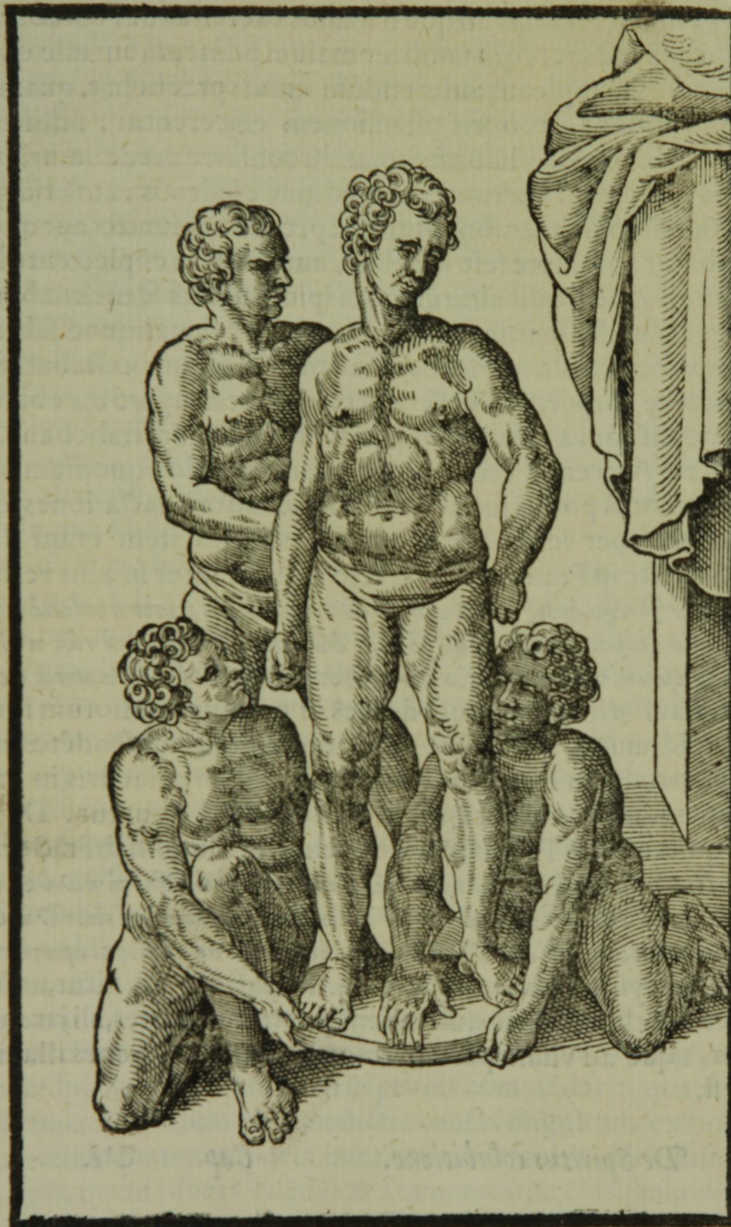
B re confectos intelligeret. Quicunque pariter militari gloriae inuigilabant, interdum ἀκροχειρίζεσθαι solebant, nimirum qui, & brachia fortiora, & agiliora simili ratione effici sibi ipsis persuaderent. De Celtis refert Posidonius, quod in armis exercitati inter se acrochirismo certabant. Porro ualetudinis studiosos huic exercitationi operam nauasse, & Galenus, & Paulus Aegineta concorditer asserunt Hippocratem, siue Polybum secuti, qui in libris de diaeta acrochirismum varijs corporis affectionibus commēdauit. Quid autem fuerit τὸ ἐκπλεθρίζειν, tam Galenus, quam Auicenna Arabum omniū doctissimus explanauit, dum vterque uerbis plane ijsdem scripsit, ecplethrissare, fuisse, cum in plectro, idest in sexta parte stadij, quis prorsum, retrorsumque vicissim, idque saepe in utramque partē sine flexu cursitans, uno quoque cursu breue quiddam de spatio deme- 2.de tu.va. lib.2. li.1. fen.3. doc.2.c.2.

C bat, quoad denique in unico gressu constitisset, uel, ut dixit clarius Auicenna, donec in fine illius in medio stetisset. Ceterum πιτυλίζειν idem fuisse quod gesticulari, & crebro motu manus ciere, opinatus fuit Politianus, quem alioquin eruditissimum, toto caelo aberrasse, facillime ex Galeni, ac Auicennæ oratione conuincitur, a quibus pytilissare definitur fuisse, si quando summis pedibus quis ingrediens, uel stans, ut sentit Auicenna, tensas in sublime manus hanc antrorsum, illam retrorsum celerrime mouisset. qua exercitatione maxime ante parietem stantes uti solebant, quo si interdum aberrassent facile pariete apprehenso erigerentur. De hoc sermonem habuisse potest Plutarchus, cum dixit, Lycurgum olim proposito decreto illas exercitationes, quae manibus in altum sublatis efficiebātur, uetuisse, ne quis laborādo consuesceret defatigari. de hoc item locutum esse Iuuenalem arbitratus Scaliger legebat. In Misc. In vita Lycurgi.

Sat. 11 *Qui Laceddemonium pitylismate lubricat orbem.* A

Sed nos aliter superius legendum demonstrauimus. Praeter haec
2.de tu. va. enumerantur aliae exercitationes a Galeno, veluti si cuipiam alter iussisset, ut se uiolenter detraheret, inflecteretque, dum ipse non manibus modo, verumetiam cruribus, spinaque constans, & non flexus resistebat: quo genere Milonem ipsum exercuisse se ferunt, dũ alios conuellere se, mouereq. e disco inuncto, super quem erectus manebat, (vt ex praesente pictura apparet.) mãdabat inter quas etiam
2.de tu. va. reponi potest id, quod de eodem Milone narrant Galenus & Aelia-
2. de uar. hist. c. 24. nus, quem referunt manu punicum malum adeo arcte tenere solitũ, ut illud a nullo praeterquam ab ipsius Amasia eripi posset, nempe quae ea in decertatione saepius cum ipso sese exercuisset.





uolenti permitteret, alias utique ſi manus exercitandas curabat, pu- D
gnum aperire iuberet, qui ſimiliter malum punicum aut tale quip-
piam manibus complexus auferendum cuiuis praebebat. quamuis
enim haec potius ad roboris oſtenſionem efficerentur, nihilomi-
nus ad bonum corporis habitũ firmandũ conferre credebatur, quẽ-
admodum item, cum alterum quis medium cõplexus, aut etiã ipſe
medio cõprehenſus manibus digitisq. pectinatim iunctis, aut quem
cõplectebatur abſoluere ſeſe iubebat, aut ipſe ſe a cõplectente ſol-
uebat. Ita quoque ſi quis alterum, qui ipſum uerſus ſe inclinabat, a
latere aggreſſus ilia manibus complexus, ceu onus aliquod ſublatũ
inuicem protendebat, reducebatq. ac magis, ſi dum geſtabat ipſe,
nutu renutuq. corporis uſus eſſet, exercitationem agere dicebatur,
perinde ac illi, qui a ceruicibus pendentes deorſum trahebant, ac
alij multi ab Auicenna relati, quos enarrare nolo; quoniam om- E
nes ſimiles motus potius luctatorum uariae roboris iactationes, quã
exercitationes per ſe ſeparatae erant. Quales item erant illae
quae a Socrate in Platonis Theaeteto ſignificantur ſub his verbis:
κατὰ σμικρὸν γὰρ προϊόντες λελήθαμεν ἀμφοτέρων εἰς τὸ μέσον πεπτωκότες, καὶ
ἂν μή πῃ ἀμυνόμενοι διαφύγωμεν, δίκην δώσομεν, ὥσπερ οἱ ἐν ταῖς παλαί-
στραις διὰ γραμμῆς παίζοντες, ὅταν ὑπ᾽ ἀμφοτέρων ληφθέντες ἕλκωνται εἰς τὰ
ἐναντία. i. Paullatim enim procedentes in medium amborum igno-
ranter cecidimus, & niſi aliquo modo noſmetipſos defendẽtes eua-
damus, poenas luemus, perinde atque illi, qui in palaeſtris in linea
ludunt, quando ab utriſq. capti, in contraria diſtrahuntur. De his
enim loquitur Iulius Pollux, quando deſcribẽs ludum diſtractorum
haec uerba habet: ἡ δὲ Διελκυστίνδα παίζεται μὲν ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ ἐν ταῖς
παλαίστραις. οὐ μὴν ἀλλὰ καὶ ἀλλαχόθι. δύο δὲ μοῖραι παίδων εἰσὶν ἕλκουσαι F
τοὺς ἑτέρους οἱ ἕτεροι, ἔστ᾽ ἂν καθ᾽ ἕνα μεταστήσονται, παρ᾽ αὐτοῖς οἱ κρατοῦντες.
hoc eſt. Dielcyſtinda autem, plerumq. in palaeſtris luditur, uerun-
tamen etiam alibi. Duae autem ſunt puerorum partes, alij trahen-
tes alios, ſique ad vllam partem tranſmigrauerint, penes illam ui-
ctoria eſt.

De Spiritus cohibitione. *Cap. VI.*



PIRITVS etiam cohibitionem inter exercitationes, &
praeſertim apotherapeuticas ab optimis gymnaſticis
repoſitas fuiſſe memoriae tradidit Galenus 3. de tu. va.
lib. & ante ipſum Coelius Aurelianus inter medicos nõ
infimus. Hanc uero tunc effici omnes docti ſciunt, quando cuncti

thoracis

A thoracis musculi, qui circa costas habentur, usque adeo intenduntur, coguntur que, ut expiratio uocata perfici nequeat: nam duae sunt, quae uniuersam spirationem complent, inspiratio scilicet, & exspiratio. Inspiratio ea est, quando aer ad temperãdum cordis feruorem, spiritusque generandos in pectoris spatia trahitur. At expiratio tunc agitur, cum fuligines in corde genitae per caua ipsius pectoris extra educuntur. unde cum per musculos thorax, ceteraq. spirationi deseruientia instrumenta coarctãtur, ita ut nec aer intus ingredi, nec fuliginosa recremẽta exire queant, respirationem intercipi siue cohiberi dicimus. qua cohibitione tum gymnastae medicorum in primis, tum athletae exercitationis, & auxilij loco non raro utebantur. Medici quidem uel medicorum gymnastae duplicẽ spirationis cohibitionem in vsu habebant, alteram, in qua uniuersi
B thoracis musculi tendebantur, remissis, qui sunt in septo transuerso atque abdomine, ut facilius excrementa deorsum truderentur; alteram, in qua abdominis quoque musculi tendũtur, quo videlicet ea, quae sub septo sunt, viscera, exercitationis fructum sentirent. in ambabus uero fascias quasdam adhibebant, quibus thoracem, atque costas, nec non ventrem cingentes, felicius propositum assequebantur. Propositum autẽ habebant huiuscemodi exercitatione, modo calorem in exercitationibus acquisitum, siue ipsum natiuum auctũ confirmare, modo spiritualia membra iuuare, modo excrementa pectoris expurgare; si quidem spiritus in tali inhibitione undique cõpulsus, dũ in angustos se meatus recipere cogitur, eosque, si amplius trusus propulsusque fuerit, etiam penitus pertransire, extenuati iã excrementi secum nonnihil arripit; quinimmo, quanto is ulterius
C per uim coactus impellitur, tanto magis ab ipso quaedam impellũtur, quaedam attrahuntur. impelluntur quidẽ, quae ante occurrunt: attrahuntur, quae ad latus sunt posita, impetu ipso motus utraq. coacta. ut nemo his rationibus perspectis mirari debeat, quod Erysimachus medicus in conuiuio Platonis ad curandum Aristophanis singultum, spiritus cohibitionem in primis commẽdarit, quam postea Aristoteles non solum ob antedictas causas singultum exstinguere, uerumetiam partes corporis interiores calefacere, pluribus uerbis probauit. quod idem Galenus, & asseuerauit, & clarissima oratione confirmauit. In hunc igitur modum, atque his de caussis a gymnasticis institutam spiritus cohibitionem, legitur, quos, ut melius res ipsis succederet, etiam hanc regulam obseruasse arbitror, nempe ut primo leuiter, ac breuiter, deinceps uehementius, & diutius spirationem inflatis in buccis contineri, imperarent, demum relaxari iu- Prob. sect. 33. 3. de Sym pto. caussis.

berent,

berent, ita namque secundum praeceptum illud Hippocraticum D omnia ἐκ προσαγωγῆς agēda, antiquos medicos uoluisse reperio. Athletae autem quamuis hoc exercitationis genere forsan non vterentur, nimirum quod nullibi ad gloriam, siue spectatorum oblectationem assequendam ipsis deseruiret, nihilominus eos inter ceteras obeundas exercitationes, spiritus quoque retentione duabus de caussis usos credo, tum ut a lassitudine recrearentur, perspirabileq. simul, & purum ad subsequentes labores corpus redderetur, quemadmodum Galenus significasse uidetur; tum (quod rationi magis consentit) ut maius robur in impulsionibus, compressionibus, saltibus, atq. similib. ex spiritu retento cōpararent. in his. n. omnib. agendis maiores quodā modo uires effici, si spiritus detineatur, quotidie declarant onera gestātes, nec non ceteri omnes grauiores operarij, quos, ut maximos labores facilius sustinere queant, spirationē cohibere cernimus, quasi ex tali retentione spiritus intus aucti, & robur crescere faciant, & impetus efficaciores reddāt. Accedit his, quod, sicuti dicebat Aristoteles, retentus spiritus venas implet, itaq. humores exire, difflariue non patitur: unde postea retentis illis, neq. laborantes sudoribus diffluunt, delassanturue, neque uis, quam in humoribus, spiritibus, & membris solidis consistere medici omnes fatētur, vlla ex parte flacessere, aut diminui solet. Scribit Plutarchus in libro de praeceptis sanitatis, consueuisse aliptas, dum athletas fricabant, ipsis iubere, ut spiritum interciperent, sicque fricationibus contra niterentur, quasi ita partes corporis inunctas, & contrectatas distenderent. quo in loco apud graecos cum legatur τηροῦντας, τείνονται, legendum esse, omnis ratio persuadet: etsi bonus Erasmus diligens nimis interpres hoc non uiderit. Ex quibus omnibus clarum efficitur, athleticam gymnasticam non parum ex spiritus retētione adiumenti capere consueuisse, quemadmodum medicinae gymnasticos eandem quam plurimum aestimasse (ni fallor) abūde probatum est. Immo vero etiam athletas ostentationis, & spectatorum uoluptatis gratia in spiritus retentione se quādoque exercuisse, inde conijcere licet, quod Milonem illum capite, & praesertim fronte ac etiam costis, & pectore robustis vittis ligato, tamdiu spiritū retinuisse legimus, quousq. prae impetu intumescentes venae ligamina illa discinderent. id quod satis confirmare possunt imagines, quas Ligorius inter aenea Illustrissimi Ferrariae Principis summi bonorum patroni signa se inuenisse, atque ab eis hasce,

3. de tue. val. cap. 2.

2. partic. prob. 1.

E

F



propria manu expressisse nobis significauit. In ipsis namque videre licet fascias pectori, & costis; vt meminit Galenus; circumuolutas, tum ventres atque scrota (sicut fit in validis spiritus retentionibus) magnopere inflata: cur vero sint raso capite, solis quibusdam in summo vertice capillis apparentibus, simulque halterem e brachio sinistro pendentē gerant, puto quod & serui essent, & halteribus quoq. valerent, qui ueluti in spiritu retinendo celebres ab artifice repraesentati fuerunt. etenim seruos apud multas nationes caput rasisse legimus, quemadmodum & Dacas seruitijs nobiles, toto capite raso, atque cirrho tantum in summo vertice relicto, incedere cōsueuisse, memoriae proditum est. D

De Vociferatione, & risu. Cap. VII. E



INTER ceteros, quos plurimos, atque necessarios in humana vita vsus habet spiratio, non infimum locum obtinuit vociferatio. quae cum nil aliud sit; quam aeris uehemens percussio, tam materiam, quam effectorem, & formam, uel a respiratione sola, vel saltem non absque ipsa suppeditari, Aristoteles, & Galenus praeclarissimis in id editis commentarijs probarunt. & iccirco non ab re futurum esse duxi, si, postquam de spiritus retentione uerba feci, statim uociferationis tractationem subiungerem. Neque enim ab hac me remouere debuit, quod Galenus medicorum princeps aut nulla, aut quam paucissima de vociferatione scriptis tradiderit, quasique eam inter exercitationes numerari debere non censuerit: quandoquidem Antyllus apud Oribasium medicus celebratissimus non modo eam exercitationem esse uoluit, uerumetiam cum ad morborum diuersorum curationem, tum ad uocis ipsius cultum ualde aestimatam fuisse scripsit. quemadmodum item Aetius Amidenus, & Auicenna Arabs uno ore posterioribus saeculis comprobarunt. Nunquid uero athleticae professores, aut militaris disciplinae studiosi hoc exercitationis genus in usu haberent, & si apud nullum auctorem notatum aduerterim: persuasum tamen mihi est, neutros horum uociferationem tamquam propriae ipsorum professioni aut conuenientem aut saltem necessariam exercuisse. Quod si dicat quis, & athletas in certaminibus, & milites in pugnis conferendis clamoribus non sine utilitate vsos, quando Caesar haud frustra antiquitus institutum fuisse scribit, ut in bello committendo signa undique concinerent, clamoremque vniuersi tollerent, quibus rebus F

li. 1. ser. 3. cap. 5.
li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 2.
3. de bello ciuili.

A bus,& hostes terreri,& suos incitari existimauerũt: propter hoc minime sequitur, uociferationis exercitationem, de qua nos agimus, militari disciplinae addiscendae conferre. Duo solum hominũ genera uocis exercitationi sedulo operam dedisse reperio, histrionicae uidelicet professores,& medicorum gymnasticos. Histrionicam enim profitentes, sub quibus praecones, choristas, tragoediarum, & aliarum fabularum similium recitatores, nec non uocibus certãtes colloco, uociferationibus exerceri solitos, locupletissimus testis est Plato in Ione,& Aristoteles in problematum libris, in quibus legitur, Phrynici, nec non etiam antiquioribus temporibus tragoedias, comoedias, dithyrambos, atque leges ipsas cantu recitari consueuisse. ob quod uocis exercitatio tantae existimationis fuit, ut, sicuti de athletica monstrauimus, publicae uociferationis certamina a Coelio Aureliano sub modulationis agonisticae nomine intellecta, ꝓpositis uictori praemijs, instituerentur. quem morem usque ad Galeni tempora perdurasse, ex eo conijcere possumus, quod 7. de medicamentorum composi. secundum locos lib. multa medicaméta recenset, quibus antiqui medici in ijs, qui uoce contendere debebãt, tum ante, tum post certamen utebantur, ubi similiter narrat, tempore suo phonascos omnes, citharaedos, s. praecones, nec non tragoediam, ac comoediam personatos repraesentantes, qui magno uocis exercitio utebantur, si quando uocem contendendo oblaesissent, balneis multis,& cibis leuibus, atque laxantibus uti solitos. Ex quibus uerbis cuiuis intelligere licet, non modo histrionicae professores uoce,& cantu (quod dixit Plato) simpliciter in recitandis drammatibus, rhapsodijs, alijsue imitationibus suis, uerum etiam alta uoce usos, atq. ijs interdum uniformibus, interdũ uarijs,& mutatis, ueluti in tragoedia ad maeroris, calamitatisq. magnitudinem augendã factum olim, scribit Aristoteles. Quare mirari debet nemo, quod Cornelius Celsus memoriae prodiderit, apud nonnullos moré fuisse, uocis gratia adolescentulos infibulare; quãdoquidem illi, qui histrionicae operam nauare sibi proposuerant, cum opus magna voce haberent, ad euitandam uenerem, a qua summopere illa labefactatur, infibulatione non parum iuuabantur,& ideo ipsa in tam frequẽti usu recepta erat, ut omnes fere comoedi, alij ue histriones infibularentur. quemadmodum Martialis attestari uidetur his versibus, in quibus de duobus histrionibus uerba facit.

[Margin: 11. & 19. partic. — li. 5. chro. cap. ult. — B — In Ione. — C — 19. partic. prob. — li. 7. c. 25. — Lib. 7.]

Menophili penem tam grandis fibula vestit,
Vt sit Comoedis omnibus vna satis & alibi:
Dum ludit media populo spectante palaestra,

Heu

Heu cecidit miſero fibula, verpus erat. D
& quemadmodum Iuuenalis inſinuat, ubi ſcribit.

Sat. 6. *Soluitur his magno Comoedi fibula.* &
Si gaudet cantu nullius fibula durat
Vocem vendentis praetoribus.

Satis itaque conſtat, uociferationis exercitium maiorum noſtrorum temporibus in vſu exſtitiſſe hiſtrionibus, magiſtrosq. phonaſcos, ſicuti artē phonaſciam a Theophraſto fuiſſe appellatā. Sed vbi nam locorum perageretur, & cur inſtitutum foret, quid apud probatos auctores legerim, in medium afferam. De loco certum eſt, tam Graecos, quam Romanos locum ſecundum Pauſaniam imagine theatris conſtructum habuiſſe, in quē deferebātur poemata, priuſquā in theatro agerentur, & ex quo certamina muſica ſpectabantur, ᾠδεῖον a Graecis, a Latinis ipſis odeum uocatum, in hoc uocis exercitationes, atque certamina praedicta effici conſueuiſſe exiſtimo, quando Suetonius Tranquillus Neronem, muſicum certamen inſtituiſſe, Domitianumque odeum, ubi praeter citharaedos, citharistae, atque pſallocithariſtae certarent, excitauiſse ſcribit. quamquam alibi quoque, & praeſertim in gymnaſiorum exhedris, in quibus philoſophos, & rethores diſputare ſolitos accepimus, ueteres uociferationibus certaſſe, ſe ipſosq. exercuiſſe ſuſpicor, cū ad formādas, excolendasque uoces alios in concauis locis, alios prope maris littora, vt de Demoſthene fertur, uociferari, legere, & cantare conſueuiſſe, legamus, quem Demoſthenem cum lingua ob ſpiritus imbecillitatem haeſitaret, Neoptolemo hiſtrioni decē millia drachmarum numeraſse, ut eum uno ſpiritu uerſuum periodos proferre faceret; auctor eſt Plutarchus in decē oratoribus. Porro finis, cuius gratia huiuſcemodi exercitationes veteres in vſum prouexerint, multiplex fuit, ſicut a Platone, Ariſtotele, ac Plutarcho intelligere poſſumus: nam vociferationibus exercebantur, vel vt in choris, in Sophiſtarū ac aliorum ad hoc inſtitutis certaminibus, in dithyrambis τοὺς ἀντιστρόφους ſiue aduerſarios ſuperarent, vel vt in ſcena, & theatro quiſque munere ſuo cum laude fungeretur. Ceterum an eodem tempore vociferationis exercitatio, & ad hiſtrionicum, & ad medicum uſum tracta fuerit, haud quaquam certo ſcio. ſed cum animaduerterim, Cornelium Celſum inter exercitationes imbecilli ſtomacho conferentes, claram lectionem cōmendaſſe, ſimiliter & Coeliū Aurelianum antiquum inter latinos medicum in dolore capitis vocis exercitiū anaphoneſin a Graecis uocatum probaſſe, nec non in uocis amputatione, & alijs morbis exercitium idem adhibito praeceptore adminiſtrandum

Marginal notes: li. 1. Atti. — E — F — In prot. In lib. de tuen. ſan. In xix. partic. prob. — Lib. 1. c. 8. lib 1. chro. c. 1. & li. 2. cap. 6.

A ſtrandum conſuluiſſe,ad credẽdum adducor;aetate illa uocis exer citationem in medicorum gymnaſtica locum habuiſſe, atque ipſos gymnaſtas uocem exercendi, modos,tempora, & regulas calluiſſe: tametſi poſtea Plutarchi atq. Antylli tẽporibus ipſa maius incremẽ tum ſuſceperit. nempe quando pluribus iam experimentis compro batum erat,exercitationẽ uocis rite initam non modo ad uocis con ſeruationem, & ad aliquorum morborum curationem, ſed etiam (quod ait Plutarchus)ad tuendam bonam ualetudinẽ,& ad corpo- ris robur uerum efficaciſſimam eſse,utpote quae thoracem, ac uo- calia inſtrumenta perbelle exerceat,naturalem calorẽ excitet,par- tibusq. maxime uitalibus, & principaliſſimis uim internam, uigo- remque firmum, & genuinum inſerat. ob quae fortaſſe refert Gale- nus,Theſſallum illũ,aetate Neronis,ut ſcribit Plinius,magna in exi- B ſtimatione habitum & a ſe ipſo iatronicem appellatum, eam etiam curandis malignis ulceribus adhibuiſſe. Modus autem, quo huiu- ſcemodi exercitatio peragebatur, talis a Coelio Aureliano in cap. de furore proditur, quod principia leni uoce promebantur, narra- tio uero,& demonſtrationes extenta,atq. maiore, tum epilogus de- miſſa,& indulgenti;quem uero Antyllus indicauit,erat,quod, cum aluus deiecerat, primo leniter fricabantur,ac praecipue inferiores partes,faciesq. ſpõgia aut madefiebat,aut abluebatur,deinde prius ſenſim, ac per interualla mediocria loqui incipiebant, nonnunquã prius deambulabant, poſt uero ad uociferationem accedebant, in qua doctrinae expertes ea dicebant, quorum meminerant, quaeue clara & multas habere lenitatis,& aſperitatis mutationes habere ui C debantur. ſin autem uerſus ſciebant, iambicos dicebant, & tertius locus Elegiae dabatur, quartus modulis, & numeris; atque in his omnibus praeſtãtius iudicabatur memoria recitare,quam legere,& ut admonuit Plutarchus,mediocribus potius, quã nimis commotis uociferationibus,& iurgioſis clamoribus uti:in primis uociferaban- tur, uocẽ quam grauiſſimis fieri ſonis poterat,producendo, tum ad acutiſſimos eam redigendo: deinde cum non multum in acuto ſono permanſum foret, retro uiciſſim reflectebant, paullatim uocem di- minuendo,donec ad grauiſſimam,à qua ductum initium erat,reuer terentur:atq. hunc in modum tota uocis exercitatio abſoluebatur, adhibitainterim ratione uiriũ, alacritatis,cõſuetudinis, & deniq. aliorũ,de quibus Plutarchus in libro,quẽ de conſeruanda ualetudi ne inſcripſit,copioſe diſſeruit. ea autem omnia agebant tam accum bentes,q̃ ſedentes,aut ſtantes:vt hac ratione loca ampla huiuſcemo di exercitationi minime neceſſaria iudicauerit Socrates. Ad hoc

In lib. de tu.ua.

4. Meth. li.29. c.1

In lib. de tu.ua.

pertinet & illud, quod a Plinio lib. XXXIV. cap. XVIII. relatum est, D
Neronem Principem lamina pectori imposita sub ea cantica exclamantem a lendis uocibus demonstrasse rationem. Et quoniam diximus, in hoc exercitationis genere, quartum locum numeros, & modulos obtinuisse, merito quis a nobis sciscitari posset, qua ratione illud factum credamus, cum Plato compluribus in locis diuersam & paenè contrariam gymnasticae musicam effecerit, quod altera animum, altera corpus respiciat. Cui respondendum esse iudico, musicam prout ex rythmis, melodijs, harmonijsque composita est, omnino a gymnastica separari, quia sic animorum solatio atque iucunditati solummodo studet, moresque hominum aliquo pacto componere apta est: ob quod eam Plato, & Aristoteles in optimis rebus publicis pueris addiscendam statuerunt. Quatenus uero musica ipsa uoce utitur, & modo graues, modo acutos, modo medios E
sonos, qui non sine aliquo corporis labore eduntur, admittit, in gymnastica eam locum obtinere perspicuum fit. cuius rei illa assignari ratio potest, quod musica tota ordinatis uocis motibus plena
19. partic. Prob. 38. exsistit, qui, secundum Aristotelis sententiam, naturam, uiresque nostras & augent, & seruant. ut hac de causa nemo inficiari debeat, quin musica, perinde ac uociferatio gymnasticae, medicorum exer-
lib. chron. c. 5. & li. 2. c. 6. & 13. citatio quaedam reputetur, quando id Coelius Aurelianus medicus saepe testatum fecit, & praecipue dum in furore, atque in catarrho, uocisue abscissione curandis modo uocis exercitium musico monitore compositum, modo anaphonesim adhibito praeceptore, & temporum ordine seruato, modo eandem sub magisterio aliptae, vel musici praecipientis ineundam praecipit. Ad haec gemitus quoque inter gymnasticas uocis exercitationes recenseri debere F
censeo, nempe qui vltra clamores, atque vlulatus, quos fere semper sibi asociatos gerunt, lacrymas quoque eliciendo, excrementa capitis aliarum multarum exercitationum instar exinanire pos-
7. Polit. cap. ult. sunt. Et iccirco Aristoteles iure eos improbandos esse uoluit, qui pueris lege ploratus prohibent: ita enim ab ipso scriptum inuenitur: τὰς δὲ διατάσεις τῶν παίδων, καὶ κλαυθμοὺς, οὐκ ὀρθῶς ἀπαγορεύουσιν οἱ
„ κωλύοντες ἐν τοῖς νόμοις. συμφέρουσι γὰρ πρὸς αὔξησιν, γίνεται γὰρ τρόπον τι-
„ νὰ γυμνασία τοῖς σώμασιν, ἡ γὰρ τοῦ πνεύματος κάθεξις, ποιεῖ τὴν ἰσχὺν
„ τοῖς πονοῦσιν, ὃ συμβαίνει καὶ τοῖς παιδίοις διατεινομένοις. idest: Puerorum
„ uero distensiones atque ploratus, qui in legibus prohibent, haud recte faciunt, conferunt enim ad incrementum, cum sint quodammodo exercitationes corporum, spiritus nanque cohibitio laborantibus robur parit, quod etiam pueris inter plorandum di-

stensis

A stensis contingit. Ex quibus plane patet Aristotelem ploratum & exercitationem, & utilem exercitationem censere. Nam & Cicero athletas inter exercendum ingemiscere consueuisse memoriae mādauit, quasi illud ad augendas actionum vires non parum adiuuaret. Risum pariter si quis inter uocis exercitationes adnumeret, minime iudicio meo hallucinabitur, q (siue is titillatio praecordiorum exsistat, quemadmodum Aristoteles sensit, siue, ut est apud Meletium, motio, quae in facie exsistentes musculos distendat, siue muscularis dilatamenti motus, qui a spiritus agitatione ab intimis visceribus impellitur, siue quid aliud sensum, atque intellectum humanum latens) proculdubio illum corpora nostra agitare, & nō parum exercere apparet. Quis enim non videt hominibus, dū rident, tota viscera commoueri, ignescere faciem, caput & pectus concuti? B innumerisque fere affectionibus eorum statū affici, quae sicuti nonnullis aliquando magna detrimenta, aliquādo mortem attulerunt, ita quoque alios non parum iuuerunt, vt falsum dixisse apud Xenophontem Aglaitadem illum ferme constet, qui risum mouentes neque ridentium animis, neque corporibus prodesse credidit.

2.Tusc.q. 2.de part. animaliū. & 35.par. probl. 6. In lib. de nat. hom. In Paed. Cyri.

De Cricilasia, Trocho, Petauro, & Pilamalleo. Cap. IIX.



SI ea omnia, quae antiquis temporibus vsitata, ac, vt sic dicam, peruulgata erant, aut ad nos per manus tradita, sicut de anatomica arte narrat Galenus, peruenissent, aut ab auctoribus scriptis mandata nō interijssent, mul- C tos profecto labores, quos homines quotidie in obscuris, ac antiquatis rebus ad lucem reuocandis sustinent, citra vllam iacturam effugissent. sed quoniam alia temporis diuturnitate, asperitateque obsoleuerunt, alia difficili obscuritate deprauata sunt, alia scriptorum interitu defecerunt, alia communi quadam saeculorum negligentia numquam proprium nitorem recuperarunt, hinc factum est, ut in dies cogantur homines obsoleta renouare, deprauata reformare, abolita reficere, tandemque neglectis & deturpatis splendorem restituere, nec non in tanta obscuritate coacti, somniantes quandoque a ueritate procul aberrare. inter quos cum ego quoque similem prouinciam susceperim, qui artem gymnasticam olim in magno pretio habitam, nunc penitus obscuratam, & emortuam ad lucem reducere studeo, mihi tanto maiore excusatione dignus videor, quanto pauciores, aut ferè nulli scriptores supersunt,

2.de anat. admini. in princ.

a quibus inſtitutum meum dirigi queat, ne ſileam plurima exercitationum genera, quae quod temporibus noſtris deſueuerint, ueterumq. peragendi eas ratio non habeatur, quomodo fierent, qualesue eſsent, diuinandum eſt potius, quam certi quidquam affirmandum. Quemadmodum de Cricilaſia atque trocho contingit. Nam κρικηλασίας, quae circuli impulſum latine ſonat, modum atque figuram tametſi Oribaſius ex Antyllo explicaſse uideatur, tamen res ipſa uſque adeo tenebris inuoluta eſt, ut perarduum omnino cuiuis erudito fiat, talis exercitationis formam, & conditiones dignoſcere. Sed ne quis nos uel craſsae ignorantiae, uel temeritatis, uel timiditatis, uel arrogantiae crimine iuſte notare queat, ipſius Oribaſij uerba greca ex Vaticano codice deſcripta in medium adducam, quae ita in libro Collectaneorum. 6. ad Iulianum leguntur. D

cap. 26.

,, Ἐλάσσονα δὲ ἐχέτω ὁ κρίκος τὸν διάμετρον τοῦ μήκους, τοῦ ἀνθρώπου, ὥστε τὸ ὕψος E
,, αὐτοῦ μέχρι τῶν μαστῶν ἐξικνεῖσθαι, ἐλαύνεσθαι δὲ μὴ κατὰ μῆκος, ἀλλὰ κατὰ πε-
,, πλανημένον, ἔστω δὲ ὁ ἐλατὴρ σιδηροῦς ξύλινον ἔχων τὴν λαβήν, τοὺς μέντοι λε-
,, πτοὺς κρίκους τοὺς περικειμένους τῷ τροχῷ ᾠήθησάν τινες εἶναι περιττούς, τὸ δὲ οὐχ
,, οὕτως ἔχει ἀλλ' ὁ ψόφος ὁ γινόμενος ἐξ αὐτῶν διάχυσιν ἐργάζεται, καὶ ἡδονὴν τῇ
,, ψυχῇ, idest, Habeat uero circulus diametrum hominis longitudine minorem, ita ut ipſius altitudo uſque ad mammas pertingat, neque ſecundum longitudinem, ſed in tranſuerſum impellatur, ſit autem impulſor ferreus ligneam auſam habens. Nonnulli tenues annulos rotae circumpoſitos ſuperuacaneos eſse putarunt: at hoc minime ita ſe habet, quinimmo ſonus ab ipſis genitus relaxationem, atque uoluptatem animo parit. Ex quibus uerbis clare patet, in hac exercitatione homines circulum quendam magnum, cuius circumferentiae annuli parui infixi erant, quadam ferrea uirga anſam habente in tranſuerſum latus impellere conſueuiſſe, a quo ducta metaphora M. Cicero ij. epiſt. ad Atti. ix. ſcripſit. feſtiue mihi crede, & minore ſonitu quã putaram orbis hic in repub. eſt conuerſus, ſed cum hac aetate in uſu non habeatur, poſſumus ſane aliquid diuinare, at eius formam, & conditiones penitus cognoſcere minime licet. quod enim trochus graecus fuerit, de quo Horatius lib. 3. carminum. F

Seu Graeco iubeas trocho,

fieri quidem poteſt, at ob hoc nil amplius certi habebitur, cum & ille aeque ſit nobis ignotus. Quod item petaurum fuerit, aliquis fortaſſe in animum induxerit ſuum; uerumtamen rem ſecus ſe habere facillime perſpiciet, dum ſcire uelit, id machinam quandam ligneam fuiſſe, qua homines rotis quibuſdam in aerem iactabantur,

A ut, praeter nominis illud indicantis vim, testatus est tum Lucilius, cum dixit, Sicuti mechanici cum alto exiluere Petauro, tum etiam Iuuenalis Saty. 14. hoc versu.

An magis oblectant animum iactata petauro
Corpora, quique solent rectum descendere funem

& Martialis libro 11.

Quam rota transmisso toties impacta petauro,

vnde genus hoc exercitationis delectabilis minime Cricilasiae assimilari patet. quamquam credo petauro ualde similem esse iactationem illam, quae hodie apud multas puellas & pueros efficitur, asse re funibus quatuor ad laquearia suspenso, & ibi sedentibus pueris, aut puellis ueluti per aerem iactatis. quod genus sub oscellarum appellatione a ueteribus significatum puto: atque id forsan est, cuius
B meminit Auicennas prima quarti tract. ij. cap. xiij. ubi ad coercendum sudorem laudat, ut aeger ponatur super instrumentum, quo pueri, uel iuuenes solent in aere concuti. etenim Aelius Stilo apud Festum ait, petauristas dici proprie Graece, quod ij πρὸς ἀέρα, vel πρὸς αὔρας πέτονται, siue, quod ad aerem, uel ad auras uolent. quod exercitationis genus etiã in ludis gymnicis usurpatum fuisse apud Thracas, Aegyptios, aliosque populos ex historijs unicuique perspectum esse potest. Nec minus istud indicant Augusti, atque Tiberij Caesarum nummi, in quibus hunc in modum oscellarum ludus repraesentatur. Sago pariter consueuisse iactare sese in aera, praeter Martialem id hoc versu testantem.

Ibis ab excusso missus in astra sago:

est etiam testimonium Saluiani & Suetonij in othone, qui eo motu ipsum fuisse delectatum scribit libro. 6. de vero iud. cap. 4. 5. ut Sago in sublime iacularetur.


OSCELLAE VEL PETAVRV̄

A Qui licet ab hodiernis oſcellis diuerſus ſit, quo ad modum, nihilominus re ipſa nequaquam diſtare facile perſpicitur; quod in aere videatur non ſecus luſores quaſsari ſolitos fuiſse, atq. nunc agunt, qui ſimiliter exercentur. Neque forſan prorſus abſonũ eſt raptorium illud machinamentum a Coelio Aureliano macron ſparton uocatũ 5. chron. cap.ult. uel ipſummet petaurum, uel ſaltem non ei diſſimile fuiſſe. Iã vero ſi quid apud Latinos auctores legitũ, qđ cricilaſiae aequiparari queat, id ꝓfecto eſt trochus, quẽ Martialis ita pluribus in locis deſcripſit.

Inducenda rota eſt, das nobis utile munus, lib. 14.
Iſte trochus pueris, at mihi cantus erit. &
Garrulus in laxo cur annulus orbe vagatur. ibidem.
Cedat at argutis obuia turba trochis. &
Lydia tam laxa eſt, equitis quam culus aheni, lib. 11.
Quam celer arguto qui ſonat aere trochus.

B in trocho namq. primo erat circulus, & in circulo anulus, qui ſono ſpectatoribus uoluptatem afferebat, aderat & impulſor cum anſa a Propertio clauis uocatus, ubi dixit,

Increpat & verſi clauis adunca trochi. lib. 3.

quae omnia Antyllus in cricilaſia ſua appoſitiſſiſsime depinxit, niſi quod Antyllus circulo tenues annulos, non annulum circumpoſitos tradit, praeterea Cricilaſiam virorũ exercitationem effecit. Martialis autem puerilem quẽdam ludum trochum fuiſſe ſignificauit. quinimo apud Xenophontem in Conuiuio de muliere pſaltria narratur, quod in ſaltando ſibi miſſas plures trochos exciperet, ſimulque ſaltans eos proijceret in alium, & rurſum concinna exciperet, quanquam dubitari poteſt, ne is trochus ualde ab hoc noſtro diſcreparet. His ergo duabus poſtremis rationibus adductus in eam ſententiam
C uenio, quod Cricilaſia exercitatio aliquo pacto diuerſo a trocho Latinorum exſtiterit; propter hoc tamen quid trochus foret, minime quidquam affirmare audeo, licet certo teneam, illud genus turbinis, quem loro baculo alligato emiſſum pueri in orbem rotare faciunt, & deinde plagis rotatum impellunt certatim, quemue Graeci βέμβικα nuncupant, ut ex hoc antiquo Epigrammate.

Οἱ δ᾽ ἄρ ὑπὸ σκυτάλῃς θοὰς βέμβικας ἔχοντες
Ἔστρεφον εὐρείῃ παῖδες ἐνὶ τριόδῳ. ideſt:

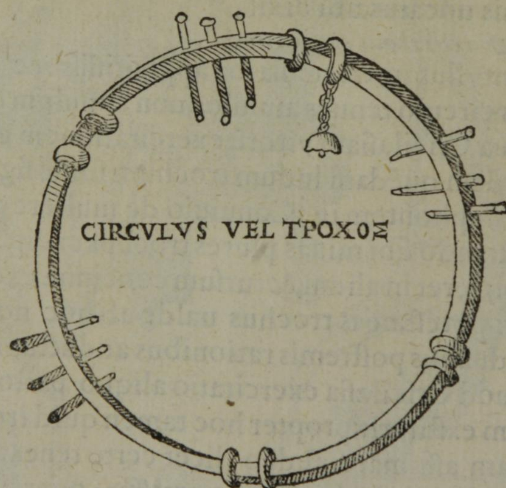
At pueri ſcytalis ludentes turbine acuto
Vertebant lato quiſque ſuum in triuio.

Et quem appoſitiſſime deſcripſit Virgiliu his verſibus 7. Aeneid.

Ceu quondam torto uolitans ſub uerbere turbo,
Quem pueri magno in gyro vacua atria circum
Intenti ludo exercent, ille actus habena

Curuatis fertur ſpatijs, ſtupet inſcia turba,
Impubisque manus mirata uolubile buxum
Dant animos plagae, D

minime trochum eſſe,ut uoluerunt nonnulli,ſicuti,& exercitatio illa,quae hodie ſupra ligneas tabulas pannis contectas una cum ligneis pilis efficitur,& truchus nuncupatur,trochi antiquorum apud me ſimilitudinem paruam gerit.Nam trochus primo in publicis gymnaſijs,alijsue locis peragebatur.Secũdo is annulũ ſeu annulos habebat ſtrepitum edentes, ut homines per viam ambulantes ſonitu audito longius ab incurſu trochi cauerent. Poſtremo ex aere conflabatur,atque clauem aduncam habebat.quae omnia nec ſeparatim,nec ſimul in turbine,ſeu trucho noſtris reperiri ſẽſus ipſe docet. ut merito credere debeamus,ab his longe diuerſũ antiquorum trochũ exſtitiſſe,quem(vt ego puto,apprime repraeſentat haec figura, E



F

a Ligorio ad nos miſſa,quam ſe ex forma in vetuſtiſſimo,atq. ampliſſimo cuiuſdam Comici vel Satyrici poetae monumento expreſſa in uia Tiburtina ꝓpe Romã accepiſſe retulit.niſi quod praeter annulos dentes quoſdã circulo infixos,& mobiles monſtrat. quos ad ſtrepitũ maiorem edendum appoſitos fuiſſe uero conſonat. Trochum autẽ cũ Horatius inter exercitationes connumeret in arte poetica,

Indoctusq. pilae, diſciue, trochiue quieſcit,
Ne ſpiſſae riſum tollant impune coronae:

Cumque Propertius inter gymnaſiorum exercitationes recenſeat:

pro-

A proculdubio ad gymnasticam aliquam pertinuisse, consentaneũ rationi uidetur. & ob id cum neque militari, neque athleticae iure attribui queat, superest medicinae gymnasticae exercitationẽ fuisse, & illius praesertim, q̃ pueris exercendis operã nauabat. Posset tamẽ existimari etiam ad militarem aliquo pacto pertinuisse, quod referat Ammianus Marcellinus li. 21. Iulianũ Caes. apud Parisios uarijs sese exercuisse motibus in campo, & inter alios quodam quem dũ faceret axiculis quis orbis erat compaginatus in uanam excusis ansam remansisse illam, quam retinens ualida manu stringebat: ex quo loco Turnebus summi iudicij, & eruditionis iure censuit eiusmodi exercitationẽ fuisse trochum. His dissimilem formã habet exercitationis illud genus, quod, non multis ab hinc annis in Regno Neapolitano inuentum, hodieq. in uniuersa ferè Europa usitatũ, apud Italos Pilam & malleum uocant. in hoc etenim primo brachia, & dorsum exercent̃, qñ malleis ligneis pilã ligneam longe pellere coguntur: demum ex ambulatione, quae tali exercitationi perpetuo associatur, ea commoda fere trahuntur, quae anbulantes homines percipiunt. ut his rationibus, licet antiquum non sit, minime contemni mereatur. quamquam aliquis antiquos etiam hac exercitatione nõ caruisse forsan contẽdat, cum apud Auicennam inter ceteras exercitationes unum nominetur, quod uirgis retortis dictis alsulegian cum pila magna, aut parua lignea efficiebatur, quas conditiones ap prime nostra pilamalleo conuenire unusquisque uidet, nisi alias tacuerit Auicenna, quod suo tempore notissimae essent.

B (margin) — loc.citatis

C De Equitatione, Cap. IX.

HACTENVS eas exercitationes prosecuti sumus, quas homines a seipsis citra alterius rei adiumentum obibant. Superest de ijs modo sermonem habere, in quibus homines quidem sponte, & quodam modo libere mouebantur, at eorũ motus alterius mouentis ope perficiebantur. quod enim Galenus istis duobus addidit genus exercitationis a medicamentis factum, minime ad institutum nostrum pertinet: ideo illud semper dimissum hac ratione intelligatur. Inter haec postrema primum locum iure sibi uindicat equitatio a Graecis medicis ἱππασία uocata, nẽpe quae ceteris dignior sit, & liberum hominem, ut scripsit in Lachete Plato, maxime deceat, necnon vtriusq. exercitationis naturam, illius scilicet, quae a nobis ipsis, & illius, quae ab alijs in nobis peragitur, secundũ Galeni sententiam sapiat. Equitationis primum inuentorẽ Bellorophontem 3.d̃ tu va.

phontem

phontem exstitisse, auctor est Plinius. post Bellorophontem Thessa- D
li.7.c.56. li ob id Centauri nuncupati equitatione in bellis uti coeperunt, q̃
lib. de aere aquis & locis. paullatim usq. adeo creuit, ut Hippocratis tẽpore oẽs fere Scythae equis ueherentur. qui cum ob assiduas equitationes coxarum doloribus cruciarentur, per uenarum post aures incisionem ab illis curati, ad coitum ualde impotentes euadebant; quamquã multi erant infaecunditatem eam a Dijs proficisci suspicãtes, quos Hippocrates redarguit, quod diuites semper dijs amici, pauperes uero minime sint, (ut etiam Aristoteles id ab Hippocrate mutuatus confirmauit,)
1.Rheto. & propterea aequum fuisse potius inopes, quam opulentos eo uitio corripi, cuius tamen contrarium eueniebat. Post Hippocratis tempora equitatio semper, quemadmodum in Hippia a Platone traditur, in maxima existimatione habita fuit, & iccirco omnes gymnasticae species eam inter reliquas suas exercitationes receperũt. Nam E quod in circis & ludis maiores nostri equitationis certamina adhiberent, praeter Olympicos ludos, in quos uicesima quinta Olympiade equorum cursus certamen inductum tradunt; testatum facere possunt quatuor illae Romanae factiones. Albati scilicet, Russati, Veneti, & Prasini, quae tum in circis, tum in ludis, ac alijs equestribus certaminibus adhibitis equis, siue ad equitationem, siue aurigationem semper certabant, tantumq. studiũ equis optimis eligendis, ac parandis exhibebant, ut Galenus dixerit, Venetae, ac Prasinae fa-
7.Metho. ctionis homines etiam stercora equorum odorare solitos, quo ex illis animaliũ habitus, atq. temperaturas internoscere, & cognitis inde melioribus uti ualerent, si quidem harum factionum contentiones potiundi uictoriae caussa tales erant, quae nec ullis sumptibus, nec vllis laboribus ac studijs parcere quemquã permitterẽt: eo magis qđ tota urbs quasi quadripartita erat, alijs uni, alijs alteri factio- F ni fauentibus, nec ulla pars ciuitatis reperiebatur, aut ullus hominũ conuentus, in quibus certaminum tempore de huiuscemodi factionibus aut studiosissime non disceptaretur, aut saltem sermo non haberetur, quemadmodum ex Plinij sexta noni libri Epistola, atq. his Martialis uersibus quisque coniectura assequi potest.

Lib.11.

Saepius ad palmam Prasinus post fata Neronis
Peruenit, & victor praemia plura refert,
I nunc liuor edax, dic tu cessisse Neroni.
Vicit nimirum non Nero, sed Prasinus,
De Prasino conuiua meus, Venetoque loquetur.
Nec facient quemquam pocula nostra reum.

quamquam Iuuenalis maiorem Romanae ciuitatis partem Prasi-

nae factio-

A nae factioni fuiſse tempore ſuo, quando Martialis quoque floruit, teſtari uideatur his uerſibus.

Totam hodie Romam Circus capit, & fragor aurem
Percutit, euentum viridis quo colligo panni.
Nam ſi deficeret, maeſtam, attonitamque videres
Hanc vrbem, veluti Cannarum in puluere victis
Conſulibus.

Has uero in fauendo diuerſis factionibus hominum acerrimas contentiones inde ortas ſemper exiſtimaui, quoniam Romanorum quorumlibet ueſtimenta quatuor dumtaxat coloribus texebantur, vel rubeo, vel albo, uel uiridi, uel ueneto, ſed praecipue rubeo magis fuſco, ut Martialis hiſce uerſibus indicat, de Canuſina lana rubea fuſca ſermonem habens,

Roma magis fuſcis veſtitur, Gallia rufis, lib. 14.
B *Et placet hic pueris, militibusque color.*

& ob hoc quicumque ei factioni fauere cogebatur, quae ſibi ſimilem colorem profitebatur. Etſi huic ſententiae reclamare uideantur ea Ouidij uerba.

Cuius equi venient, facito ſtudioſe requiras, 1. de arte
Nec mora, quiſquis erit, cui fauet illa, faue. amandi.

Sed de equitatione ludorum, & ſpectaculorum, quam & athleticā uocare licet, plura non dicam: quoniam eruditiſſimus Panuinus luculentiſſime ſimul, & copioſiſſime in libris de ludis, quos iam edere parat, uniuerſam hanc materiam pertractauit. Ad bellicam gymnaſticam accedo, quam ad acquirēdam equeſtrem pro bellis diſciplinā equitationis exercitio uſam fuiſse, locupletiſſime teſtatus eſt Plato: ubi non modo uiros equis armatos, atq. inermes exerceri ſtatuit, 8. de leg.
C uerum puellis quoq. tales exercitationes inire conceſſit, eaſq. inter ceteras bellicae gymnaſticae ſpecies, ſiue partes euidenter collocauit, ſicuti Xenophon pariter ſentire uidetur, apud quē Iſchomachus uitae ſuae rationem Socrati exponēs ſic loqutur: μετὰ δὲ ταῦτα ὡς τὰ πολλὰ ἀναβὰς ἐπὶ τὸν ἵππον, ἱππασάμην ἱππασίαν, ὡς ἂν ἐγὼ δύνωμαι ὁμοιοτάτην ταῖς ἐν τῷ πολέμῳ ἀναγκαίαις ἱππασίαις οὔτε πλαγίου οὔτε κατάντους, οὔτε τάφρου οὔτε ὀχετοῦ ἀπεχόμενος ὡς μέντοι δυνατὸν, ταῦτα ποιοῦντα, ἐπιμέλομαι μὴ ἀποχωλεῦσαι τὸν ἵππον. i. Poſt haec aūt equū adſcēdens ut plurimū, equitationē illis, que fiunt in bello neceſsarijs equitationibus, quā per me fieri poteſt ſimillimā exerceo, modo per tranſuerſū, modo per decliue, modo ſupra foſsas, modo ſupra aquae riuos illū agens, atq. haec facientem equum, ne claudum reddam valde ſtudeo. Quae uerba, poſtq̄ multis alijs eius uiuēdi rationem declarantibus addidiſset Iſchomachus, ei tādē Socrates ita reſponſū dedit: In Oecon.

νὴ τὴν ἥραν ὦ ἰσχόμαχε ἀρεσκόντως γέ μοι ταῦτα ποιεῖς, τὸ γὰρ αὐτῷ χρόνῳ συνεσκευασμένως χρῆσθαι τοῖς τε πρὸς τὴν ὑγιείαν καὶ πρὸς τὴν ῥώμην παρασκευάσμασι, καὶ τοῖς εἰς τὸν πόλεμον ἀσκήμασι, καὶ ταῖς τοῦ πλούτου ἐπιμελείαις, ταῦτα πάντα ἀγαθά μοι δοκεῖ εἶναι. hoc est. Per Iunonem o Ischomache sic agendo mihi places, quandoquidem uno tempore collectim sanitati, atq. robori acquirendo operam nauas, nec non ad bella te exerces, diuitijsque accumulandis inuigilas, quae omnia admiratione digna mihi plane uidentur. Ex his enim, & Ischomachi, & Socratis sermonibus clarissimum argumentum elicitur, antiquos ad bellicas disciplinas comparandas equitationibus usos. Quod uero medicorum gymnastae equitationes ad sanitatem recuperandam, tuendamue, nec non ad optimum corporibus habitum ingenerandum adhiberent, praeter Socratis modo citatam orationem, unum Galeni testimonium sufficere deberet: qui inter reliquas gymnasticae exercitationes minime infimum locum eam obtinere, cum nedum corpus, sed etiam sensus exerceat, scribit: nisi quoque Antylli, Aetij, & postremo Auicennae comprobatio accederet, qui tam equis, quam camelis uectari inter opportunas exercitationes reposuit. nam & Germanicum Tiberij Imperatoris nepotem, cum crurum tenuitate deturparetur, equitatione a medicis imperata illam curasse memoriae prodidit Suetonius: ut hoc exemplo persuasi credere debeamus, equitationem tamquam utilissimam a medicis semper magnopere existimatam fuisse: quamuis & apud ipsos ualde referret, numquid mulo, an equo ueherentur, & illis an gradarijs, an asturconibus, an succussatarijs, an concurrentibus: quorum omnium diuersas operationes suo loco explanabimus.

[Margin: 2. de tue. val. c. 11. — Loc. citat.]

D E F

De Curuli uectatione. Cap. X.



DIXIMVS duo esse exercitationum genera, alterum in quo homines a se ipsis solum mouentur, alterum ab alijs, siue, ut Aristotelis more loquar, alterum in quo suapte natura, alterum in quo alio mouente sese exercentes mouentur. De primo superius tractauimus, de altero quod gestatio a Coelio Aureliano: & Plinio communi nomine, ab Antyllo, Herodoto, Galeno, alijsque antiquioribus medicis Graecis αἰώρα uocatur, in sequentibus uerba facere polliciti sumus: atque iam de equitatione, quam Galenus mixtum motum fecit, sermonem explicauimus. ad alia igitur transeuntibus prima sese offert in curribus uectatio, quam antiquissimam fuisse, nemo inficiatur. si quidem, ut

[Margin: 2. de tue. val. c. 11.]

A vt Arati uetustus interpres testatur, primus, qui equos curribus iunxerit fuit Erichthonius, quem ob id inter caelitum imagines relatū scribit Manilius primo astronomicorum. Porro forma, & modus curruum diuersus exstitit. Nam Plinius materiam curribus faciundis idoneam abietem probat, rotarum uero axibus Ilicē, fraxinum, atque vlmum. Vnde elicitur ueteres ex huiuscemodi lignis currus fabricasse, qui prioribus illis saeculis duabus tantum rotis construebantur. alias duas auctore Plinio addiderunt Phryges. Scythas postea ét sex rotis currus construxisse memoriae tradidit uetustissimus auctor Hippocrates. quae rotae Homeri tēporibus stanno ornabantur, at posterioribus saeculis nō modo rotas, sed tota uehicula ebore ornata fuisse, legimus apud Plautum in Aulularia, sicuti Plinij tēpestate tota esseda atq. uehicula auro, ac argento insignita conspicie-

li.16.c.42 & 35.

lib.7.c.56

li. de aere aquis & locis.

li.34.c.17

B bantur. Varijs praeterea rebus cooperta fuisse uerisimile uidetur, plerumq. autem pellibus, quemadmodum in probl. Romanis scriptum reliquit Plutarchus: sicuti aliquando equis, aliquando mulis, aliquādo bobus interdum uiris agi solita legitur. Quin Heliogabalum non modo uaria, & mōstruosa animalia, sed etiam foeminas nudas curribus iunxisse, ijsque ipsum uectum esse, tradunt. Haec porro gestatio in currib. facta olim Romae inter mulieres in maximis delicijs habebatur: ad tantumq. luxum aliquando peruenit, ut eas ipsa vti senatusconsulto uetare, coacti sint Romani. cuius rei gratia cum mulieres ira percitae inter sese conspirassent, ne qua eorum conciperet, neue pareret, atq. ita uiros ulciscerentur, Romanos mutasse sententiam, atq. iterum illis curribus uti permisisse, scriptis mandauit Plutarchus. In quibus deinceps ne sederent, neue equis per ur-

Lāpridius in uita Heliogab.

C bes ueherentur. M. Aurelius Antoninus philosophus, matronarum consulens modestiae, denuo prohibuit. Neq. minus apud gymnasticos haec ipsa gestatio aestimata reperitur: quādo, siue ludos, & sacra certamina spectes, siue medicorum libros perscruteris, in omnibus ea usitata apparebit. Quis quaeso nescit nona & nonagesima Olympiade curruum certamen in Olympicos ludos inuectum. Quis ignorat Synoridas, quibus animas nostras Plato in Phaedro elegantissime assimilauit, nec non bigas, quadrigasue curruum genera in publicis sacris frequenter certasse? quod postea studium ita apud Romanos excultum, atque auctum fuit, ut pauca, uel nulla fere publica spectacula ederentur, quin curruum certaminibus honorifica praemia proposita spectarentur. Ob quae refert Plinius in quadrigarum certamine, quod Latinarum ferijs in Capitolio celebrabatur, pro praemio uictorem absinthium bibere consueuisse, quasi

lib.27.c.7

sanita-

ſanitatem in praemium dari ualde honorificum arbitrarentur maiores. An vero gratia bellicae diſciplinae adipiſcendae uectatione in curribus uterentur ueteres, nil certi affirmare audeo. Exiſtimo tamen cum ab Homeri aetate vſque ad Xenophontis tempora, atque etiã poſterioribus ſaeculis perdurauerit mos, ut in bellis e curribus quoq. dimicarent, quemadmodum in equitatione exercebãtur, quo fierent bellis gerendis aptiores: ſimiliter & in curribus ſe exercere ueteres conſueuiſſe, ne, cum pugnandum erat, tamquam inexercitati, & diuerſorum agendi currus modorum expertes ſuperarentur. Ceterum quod medici gymnaſtici ſimilem uectationem tam pro ſanis conſeruandis, quam pro aliquibus aegris curandis in uſum receperint, clariſſime teſtati ſunt Galenus, Antyllus, Herodotus, atque Auicenna: qui non modo eam inter gymnaſticae uerae exercitationes reponendam voluerũt, immo & febricitantibus (quod pauciſſimis exercitationibus attributum inuenitur) tamquam maxime commodam celebrarunt. huius etenim quaſi duo genera effeciſſe uidetur Galenus, alterũ, in quo homines uecti ſedebant, alterũ in quo iacebant. atque utraque haec raro in urbe, frequentiſſime per uias, & extra urbem peragebantur. iccirco ſcriptum eſt a Plutarcho, Romanos coactos fuiſſe in Septimontij feſto prohibere, ne ea die vehiculo uti liceret, ut vrbs, & feſti celebratio non relinqueretur. Nunquid autem ſani ſimul, & ualetudinarij in iiſdem uehiculis exercerentur, indicaſſe mihi uidetur Herodotus apud quem legitur, febricitantes curribus, qui manu ducuntur, nec non bigis geſtari ſolitos, atque illos a principio per triginta ſtadia moueri, deinde ea conduplicare; hos a ſtadijs triginta, aut quadraginta initium ducere, & uſque ad ſpatium altero tanto maius progredi conſueuiſſe. Sanos uero omnibus curribus, & tectis, & apertis ſine ullo diſcrimine uſos eſse, ueriſimile fit: etſi fortaſse principes tectis potius, quam detectis uectos credere poſsumus, quãdo refert Dion hiſtoricus, Claudium Caeſarẽ dũ proſpera ualetudine uteretur, caputq. tremulũ, & manus, ac linguã titubantes haberet, primũ oĩum Romanorũ vehiculo undiq. obtecto geſtatũ eſſe, ſicuti Plinius iunior ob oculorũ infirmitatẽ ſe aliqñ vsũ illo teſtatur Epiſtolarum lib. 7. ita ſcribens ad Cornutũ ſuum: „ Pareo collega „ clariſſime, & infirmitati oculorum, ut iubes, conſulo. Nã & huc tecto „ uehiculo undiq. occluſus, quaſi in cubiculo perueni. Ex his igitur oĩbus cuiq. cognoſcere licet, talem exercitationem nõ minus ceteris gymnaſticis probatã fuiſse, quippe quos, & non aurigas motuũ omnium ex hac geſtatione contingentiũ facultates, & conditiones probe

In paed. Cyri.

Oribaſius li. 6. c. 25.

2. de tue. val. c. 11.

In probl. Rom.

A probe intellexisse, scribit Galenus. quasi haec exercitatio, quemadmodum & aliae, proprios praefectos, nimirū aurigas possideret; insuperq. cōi totius artis magistro subijceretur, qui & modū, & mensurā, & qualitatē, & tēpus in simili exercitatione obseruanda diligenter praefiniret. Habuerunt ueteres multa curruū, aut uehiculorū genera, ut Plaustrū, Esseda, Petoritū, Arcirnā, Birotū, Cantherinū, Carrucam, Carpentum, Thensam, Cisium, Conuinū, Rhedam, Pilētum, Burdones. quae omnia quod rotis agerentur in hoc erāt similia; distabant uero modo forma, modo materia, modo magnitudine, modo alijs. At de his nō est qđ loquamur, cum uectatio omniū fere eadē esset, & iccirco medici cūcta sub vno Currus genere sint cōplexi. 2.đ tu.va. cap.11.

De gestatione in Lectica & sella. Cap. XI.

B LECTICAM, atq. sellam ob commoditatem potius eorum, qui vel senectute, vel morbo impediti ambulare pedibus non poterant, uel ob delicias, quibus semper homines studuerunt, inuentam fuisse, q̃ ob aliud, non desunt qui opinentur: nec forsā sine ratione; qñquidem nulla apparet probabilior caussa, qua inducti ueteres huiuscemodi instrumenta excogitauerint, q̃ quod equitare, & pedibus ire nequeuntes, aliquā rem optauerint, qua domo exire, ꝑ vrbes uagari, iter facere quam commode ualerent: nisi dicamus, Imperatores, Reges, atq. Principes ne in faciendis itineribus a sole, a uento, pluuia tempestate, atq. similibus offenderentur, lecticas, & sellas vndiq. obtegi, & retegi aptas inuenisse, quas alij postea diuites luxus, ac uoluptatis, siue commoditatis gratia, & postre-
C mo medici, gymnastaeq. ad vsum hominū sibi ipsis concreditorum traduxerint. vtcumq. sit, constat, quos nuperrime dixi medicos, atq. gymnastas illas ad exercenda saepe ualetudinariorum, rarius sanorum quoq. corpora vsurpasse. Seneca enim Epist. 56. ita de gestatione loquitur. Agestatione cum maxime uenio non minus fatigatus, q̃ si tātum ambulassem, quantū sedi: laborest enim diu ferri, ac nescio, an eo maior, quia contra naturam est; quae pedes dedit ut per eos ambularemus, oculos, vt ꝑ eos videremus. Debilitatē nobis induxere delitiae, & quod diu noluimus, posse desiuimus, mihi tamen necessarium erat concutere corpus, ut siue bilis insederat faucibus discuteret: siue ipse ex aliqua caussa spiritus dēsior erat, extenuaret illum iactatio, quam profuisse mihi sensi. Quae uero tam lecticae, quā sellae forma fuerit, nil ita certū habet, quin dubitare cuiuis liceat, attamen verisimile est, in ea puluinar, & lectulum stratum fuisse, quo &

iacere,

iacere,& sedere,& prout libebat,qui gestarentur,possent.an in cete D ris fuerit nostrae dissimilis, uel potius similis;credo non admodum dissimilem exstitisse,nisi quod nostras a mulis,uel equis fere semper gestatur, illa antiquorum ut plurimum a seruis sex portabatur, atq. ob id Hexaphoros nuncupabatur, uti ex his uersibus Martialis

Lib.6. perspicuum fit, in quibus Afrum quendam pauperem, & iuuenem deridet,quod lectica gestari uellet.

Cum sis tam pauper quam nec miserabilis Irus,
Tam iuuenis, quam nec Parthenopaeus erat,
Tam fortis, quam nec cum uinceret Artemidorus,
Quid te Cappadocum sex onus esse iuuat?
Rideris, multoque magis traduceris Afer,
Quam nudus medio si spatiere foro,
Non aliter monstratur Atlas cum compare mulo,
Quaeque vehit similem bellua nigra Lybin, E
Inuidiosa tibi quam sit lectica requiris?
Non debes ferri mortuus Hexaphoro:

similiter & ubi Zoilum carpit, quod lecticam sandapilae siue feretro mortuorum similem haberet.

Lib.2.
Laxior hexaphoris tua sit lectica licebit,
Cum tamen haec tua sit Zoile sandapila.

Lib.6. li.1.ad vxorem suam. Nam ex his liquido intelligere quisq. potest, lecticam fere semper a sex seruis esse gestatam. (In quem vsum Cappadoces Martialis, Germanos Tertullianus adhibitos scribunt)sique interdum aliquis lecticariorum numerum augere uoluisset, protinus fuisse notatum, quemadmodum idem Martialis indicauit, ubi Philippum quendã insanum uocat, quod ab octo seruis lectica eius ob quandam diuitiarum inanem ostentationem per urbem gestaretur,

Octaphoro sanus portatur Auite Philippus, F
Hunc tu si sanum credis Auite, furis.

Cum itaque lectica antiquorum ita se haberet,non modo pro sede commoda, uerum etiam conciliando somno,dum claudebatur inseruiebat,ut Iuuenalis testatur his uerbis.

Namque facit somnum clausa lectica fenestra.

tamq. frequens illius erat usus,ut castra lecticariorum,qui solum gerendis lecticis, uel etiam matronis in eis deponendis,ac gestandis, ut est apud Iureconsultos mentio, destinabantur, pluribus in locis haberentur,in quibus & iura ipsis dabantur,& alia in castris fieri solita agebantur, quamquam libertis omnibus lectica per urbem gestari uetitum credam, Suetonij auctoritate inductus, qui Claudiũ Imperatorem Harpocrati liberto lectica per urbem uehendi specta culaq. publice edendi ius tribuisse scribit. At qui sellam duplicem

fuisse

A fuisse tradidit Antyllus, siue potius eius interpres; alteram, in qua se debant, quae uel cooperiebatur, uel aperta sinebatur, & a nonnullis, ueluti a Coelio Aureliano, portatoria sella, ac fertorium dicebatur, alteram in qua iacebant. primam quoq. temporibus nostris uidere licet, cum podagrici, diuites, atq. alij principes delicijs nimis dediti illa quotidie uehantur, qua item uiros magistratum gerentes olim gestari consueuisse, atq. inde currulis sellae, in qua tantum sedebatur, nomen emanasse arbitror: secundam, in qua iacebāt, non habemus, quod ego sciam, nisi dicamus lecticam nostram illius uicē gerere, atq. ipsis eandem rem significasse lecticam, & sellam iacendo, sedendoue idoneam. Cui sententiae plane subscripsisse uidetur Aetius Amidenus, qui inter gestationes, sellas omittens, solum lecticae duplicis mētionem fecit, eius.s.in qua uecti sedebant, & eius in qua iacebant. Fuerunt igitur tum lectica, tū sella instrumenta quaedam, quibus diuites, senes, & qui ambulare non poterant per urbes, & in itineribus a seruis uehebantur, quibusque medici gymnastici ad exercendos ualetudinis gratia tam sanos, quam infirmos non raro utebantur. narrat enim Galenus, Antiochum medicū iam octuagenarium, & in uiuendo solertissimum, si quando longius ire uellet, modo sella, modo uehiculo gestari solitum. Narrat similiter Plinius secundus, auunculum suum Romae sella uehi solitum, ne caeli aspe ritas ullum studij tempus eriperet. Vnde iudicari potest, senes tam in exercendis seipsis, quam in obeundis priuatis actionibus gestationes in sellis in vsu habuisse, perinde ac etiam in languentibus medici easdem usurpasse animaduertuntur, in quibus is modus secūdum Herodotum obseruabatur, ut neq. minus quinq. stadijs, neque plus quam huius duplum similes gestationes producerentur, atq. ita sequenti die obseruarentur; tertio uero die quinq. stadia singulis diebus vsq. ad triginta stadia addebant. Et ne quis forsan suspicetur, sellam, atq. lecticam idem exstitisse, prae ceteris unum Martialem adducere possumus, apud quem obscurum esse nequaquam potest, illas diuersas fuisse, cum ait.

(Margin notes: li. 1. chro. cap. 1. — lib. 3. c. 6. — B — 6. de tu. vā. cap. 4. — li. epist. 3. — C — Orib. loco citato.)

Lecticam sellamque sequar? nec ferre recuso
Per medium pugnas, sed prior ire, lutum, lib. 10.

quod similiter his Tertulliani verbis in libro de pallio confirmatur, » Ipsas quoque iam lecticas, & sellas, quis in publico quoque domesti » ce, ac secrete habebantur, eierauere. Iam uero sellarum alias fuisse pelliceas, alias osseas, nonnullas eboratas, aliquas argentatas, ex Lampridio in Heliogabalo certo sciri potest.

D

De agitatione per lectos pensiles, & per cunas facta, & de Scimpodio. Cap. XII.



VOD agitationem per cunas, & lectulos pensiles, quos duos sub κλίνης vocabulo a Graecis complexos sentio, factam inter gymnasticae exercitationes recensere velim, forsan aliquis mirabitur, cum hac tempestate cunae solis pueris eblandiendis inseruiant, paucissimiq. sint, quibus medici pensiles lectulos parari iubeant: uerumtamen is mirari desinet, si Galenum, Herodotum medicum, Aetium, & Auicennam diligenter legere placuerit: qui cum huiuscemodi agitationes inter alias corporum humanorum exercitationes adnumerarint, cur a me silentio praeteriri debeant, non uideo. Nam cunas ob pueros potius, quam adultos excogitatas fuisse non equidem diffiteor, sed puto talem motionem interdum uiris cum ad leniendos dolores, tum ad conciliandum somnum non parum adiumenti praestare posse, ut praeclare scriptum est ab Antyllo, & Aetio, apud quos lectus fulcra mobilia iuxta angulares pedes habens nil aliud mea sententia significat, quam cunas ipsas, quas etiam intellexit Celsus, vbi dixit, si ne id quidem est, uni lecti pedi certe funiculus subijciẽdus est, atq. ita lectus huc, & illuc impellendus. & si Oribasij interpres nomen κλίνης pro lectica transferre maluerit, & iccirco omnes illos prorsus falli credo, qui in gymnastica medicorum eas nullum usum habere censeãt. Quibus similis quoq. est exercitatio illa puerorum, dum in vlnis a nutricibus gestantur, quae & a medicis, & a Platone pro ipsorum ualetudine mirum in modum probatur. Eadem prope est tam lectulorum, quam balneorum pensilium ratio. quae omnia quoniam ab Asclepiade Prusiense frequenter vsurpata apud Plinium traduntur, ut is infirmorum uoluptatibus, ac iucunditatibus inseruiens, penes homines auctoritatem adipisceretur, sicuti inuentori suo gloriam, atque existimationem incredibilem pepererunt, ita quoque utentibus multam utilitatem simul, atque delectationem attulisse rationi consentaneum uidetur; atque inde emanasse, ut posteriores medici similem motum ad exercendos homines comprobarint. quamquam pauci, uel nulli (quod ego sciam) talium instrumentorum formam, ac utendi modum tradiderunt, a quibus certo admoneamur frequentem illorum usum aliquo tempore extitisse. nisi credamus, antiquos scriptores propterea huiuscemodi res scribere neglexisse, quia vulgatae, & omnibus manifestae essent. Quae temporibus nostris cum a plerisque ignorentur, operae

Margin notes: E (beside "tius, quam adultos"); Oriba lib. 6. collec. Lib. 3. c. 6. (beside "ut praeclare scriptum est ab Antyllo"); 7. de repu. li. 26. ca. 3. (beside "ipsorum ualetudine"); F (beside "Eadem prope est").

A operaepretium me facturum spero, si breuiter, quid sentio, in medium afferam. Nam de lectulis pensilibus, quos primum ab Asclepiade excogitatos tradit Plinius, opinor eos fuisse lectos quosdam paruos modo ex lignis, modo ex aere, modo ex argento (maiores nostros etiam argenteos lectos habuisse scripsit Plinius) constructos, qui quatuor angulis funibus ad cubilium laquearia alligaban tur, ita ut terra sublati aliquantulum, quasi in aere, pendere uideren tur. Balnea similiter pensilia a Sergio Orata, teste plinio, primum inuenta, non quae supra tecta fiebant, aut concamerata loca, ut uolue runt aliqui, sed nulla alia fuisse credo, quam labra illa uel marmorea, uel aenea, uel lignea ad lectulorum imitationem laquearibus appensa, quo minimo quolibet manuum impulsu, alias leniter, alias uehementius agitari ualerent. quod Seneca ad Lucillum scribens lib.26.c.3 lib.33.c.1 lib.9.c.53

B nobis manifestauit his verbis. Balnearum supensura inuenta est: ne quid ad lautitiam deesset. His igitur motibus quoscumque exerceri medici praecipiebant, huic uni potissimum studebant, ut motum citra laborem, lassitudinemue ullam afferrent: deinceps curabant, ne in exercitatione illa iucunditas desideraretur, quae profecto magna in lectulis, at maxima in balneis reperiebatur, nempe quae praeter suauissimum illum motum, aquae delectationem addebant, dum ea mollissime, blandaque titillatione quadam singula corporis membra tangebant. si namq. balnea pensilia ea fuisse intelligantur, quae supra tecta fierent, quomodo in illis maior illa uoluptas, ob quam secundum Senecam & Plinium excogitata fuerunt, reperiretur, quam in alijs, non uideo. De pensili lecto dixit Herodotus, gestationem in illo tamdiu faciendam

C esse, quādiu quispiam in sella gestatus quadraginta stadiorum iter conficiebat. alteri tamen eiusdem auctoris sententiae libentius acquiesco, videlicet huiuscemodi exercitationem, quāta esse debeat, facile numero definiri non posse. quod non tantum in his, sed & in omnibus alijs sentio ob varias, ac diuersas aegrotantium affectiones, quibus non eadem vllo modo conuenire posse, omnes vel mediocriter in medica arte periti uno ore praedicant. Lectulo pensili simile aliud instrumentum ueteres habuisse inuenio, quod σκιμπόδιον Graeci, scimpodium Latini eodem vocabulo appellarunt. hoc licet nusquam appenderent, erat tamen vel lectus paruus, vel quid in formam lecti pensilis constructum: atque ipso per vrbes, & per uias tam uiri quam mulieres gestabantur, ut Dion historicus demonstrat, scribens, primo Augustū, ac Tiberium in scimpodijs quandoq. uehi solitos, cuiusmodi mulieres tempore suo ge-

ſtabantur, ſecundo quod Seuerus, dum Britanniam obiret, ſcimpodio undiq. obtecto ferebatur. Ceterum qualis huius inſtrumenti figura exſtiterit, haud ſatis conſtat: putandum eſt tamen ſellam fuiſſe ita fabricatam, ut lectum plumeum paruum caperet, ita uinctum, ut pendere uideretur, in quo ſi non penitus ſaltim ex aliqua parte, qui ferebantur, iacebant, & vndique, ne ab aeris iniurijs laederentur, cooperiri poterant. hoc intellexiſſe meo iudicio uidetur Iuuenalis, cum Criſpinum quendam mordens dicebat. D

Sat. 1. *Qui dedit ergo tribus patruis aconita, vehatur*
Penſilibus plumis, atque illinc deſpiciet nos?

de eodem interpretanda eſt haec inſcriptio quam mihi dedit Aldus Manutius Paulli doctiſſimi, & eloquētiſſimi filius eruditiſſimus, quamque Parma ad Andream Naugerium olim allatam retulit.

E

D. M
L. AEMILI. VICTORI. QVI. PRIDIE. NATALEM. SVVM
VICESIMVM. ET. SECVNDVM. PRVNA. IN. PENSILI
POSITA. VRGENTE. FATO. SANVM. IPSE. NECAVIT. SE. L. AEMILIVS. VICTOR. PRINCIPALIS. ET
AELIA. VENERIA. FILIO. PIENTISSIMO
ET. SIBI

10. Meth. neque aliud ſignificauit Galenus, quando balnea ingrediendi modum hecticis praeſcribens haec ſcriptis mandauit: ἀῤῥωστοῦντα βούλομαι κομίζεσθαι μὲν ἐπὶ τοῦ σκίμποδος εἰς τὸ βαλανεῖον. ideſt, aegrotantem uolo portari in ſcimpodio ad balneum. neque aliud Libanius

Li. 19. c. 10 rhetor in libro de ſua ipſius vita intellexit, dum dixit: cū domi ſum, in lecto iaceo; vbi vero in ſchola, in ſcimpodio. ſicut etiam idem intellexit Gellius, ubi ſcribit, ſe Frontonem Cornelium pedibus grauiter aegrum in ſcimpodio Graecienſi cubantem inueniſſe. Patet itaque non modo ob delicias, atque uoluptates a maioribus noſtris lectulos, ac balneas penſiles, necnon ſcimpodia; uerum etiam, & a medicis gymnaſticis ad exercenda valetudinariorum corpora vſurpata fuiſſe. Quale porro fuerit inſtrumentum illud machinamentū F

li. 3. c. 6. & li. 5. c. vlt. raptorium, & macron ſparton a Coelio Aureliano uocatum, qualiſque apud eundem recuſsabilis fera Italica nominata, quibus duobus geſtabantur, nondum mihi plene compertum eſt, cum a nullo alio auctore ipſorum mentionem hucuſque factam inuenerim. niſi fuerit. ut ſupra diximus, petaurum, uel potius ſit Coelij contextus deprauatus.

De

A *De Nauigatione, & Piscatione. Cap. XIII.*



NTER gestationis species, quae plures exercendis corporibus exstiterunt, nauigationem quoq. reposuit Antyllus, quem secutus Aetius, & post eum Auicenna manifeste eam pro exercitatione habitam demonstrat; id quod utrique non tam ab experientia meo iudicio desumpserunt, quam ab antiqua diuini Hippocratis sententia, qui nauigationem & mouere corpus, & perturbare dixit. nisi quod Auicenna nauigationem inter debiles exercitationes adnumerauit, Hippocrates uero eam corpus magnopere perturbare asserit, id quod potius uehementis quam remissi motus argumentum uidetur. Hac nauigationis exercitatione duas praesertim gymnasticas, sed non admodum usas inuenio, medicam scilicet, & bellicam. Medici ea utebantur uel ad aliquorum sanorum habitus conseruandos, uel ad nonnullorum aegrotantium sanitatem comparandam. ad sanos utebantur nauigatione, quod (ut ab Aristotele scriptum est) mare ob placidas aspirationes salubritatem insignem facit, unde nauigantes semper coloratiores exsistunt, quam in paludibus degētes. Ad aegrotos uero, quoniam idem humores putridos, ac nocuos tum uomitu, quem frequentissime insuetis praesertim parit, tum uentis, ac vaporibus siccis exsiccare natum est. quare dicebat Auicenna nauigationem leprae, hydropisi, apoplexiae, stomachi frigiditatibus, nec non inflationibus eiusdem magnopere prodesse. Plinius uero & phthisicis, & sanguinem excreantibus adiumentum afferre Annaei Gallionis post consulatum ita curati exemplo testatus est. qui item ab huiuscemodi affectis Aegyptum peti non ob terram ipsam, sed propter nauigandi longinquitatem censuit; ut etiam eius Nepos Plinius secundus Zosimum libertum sanguinem reiectantem eo se misisse, & confirmatum a ualetudine redijsse narrat. quamquam auctor ille nomine Plinij falso inscriptus in libro I. de re med. senserit phthisicis utilius esse in saltibus morari, ubi pix nascitur, quā in mari nauigare, & marina loca uisitare. quod etiam traditum est a Marcello medico. nam & Galenus IX. de simpl. medic. ubi de terra Samia loquitur, memorat, multos pulmone vlceratos Roma ob id in Libyam profectos, annis aliquot inculpatos uixisse, postea uero morbum recruduisse, ubi non pari cura uiuebant. Modus in nauigatione ualetudinarijs obseruatus sic ab Herodoto describitur, quod a sexaginta stadijs incipiebant, & in duplum horum desinebant. Porro nauigationis plures fuerunt differentiae, quando aliae in

[Margin: 4. Aph. 14 — B — 1. partic. Prob. 54. — 3. 1. doc. 1. cap. 1. — li. 31. c. 6. — C — li. 5. epist. — Cap. 6.]

in mari, aliae in fluminibus, aliae in magnis, aliae in paruis naui- D
bus, aliae remis, aliae remulco, aliae uento, aut uehementi, aut placidiore fiebant. De nauigatione per flumina traditum est a Plutarcho, eam minus nauseam producere, quam mare, quod tam odor, quam timor è maris adspectu proficiscentes corpora perturbant, atque sic uomitum cient, quae res a fluminibus minime contingit. contra Coelius Aurelianus in inueteratis capitis doloribus ceteris praetulit longam per maria nauigationem, quoniam (ut ipse inquit) fluminales, uel portuosae nauigationes, nec non stagnorum, incongruae iudicantur, nimirum quae caput terrena exhalatione humectantes infrigidant, maritimae uero latenter, atq. sensim corpus aperiunt, & salsae proprietatis caussa corpus adurunt, atq. eius habitum quadam mutatione reficiunt. Hic igitur fuit apud gymnasticos medicos nauigationis usus, quam pariter bellicae studiosos E
amplexos fuisse diximus; quandoquidem Naumachiae illae, quae a Romanis in circo, uel aliquo terrae sinu prope Tiberim manufacto tali exercitationi designato repraesentabantur, fuerunt quidem ad populum oblectandum secundum aliquos praecipue institutae, quales illae, quas ab impurissimo Heliogabalo in Euripis uino plenis interdum exhibitas tradit Lampridius: attamen probabile est quoq. apud me, huic summopere illas inseruisse, ut in ipsis ad naualium pugnarum disciplinam acquirendam milites exercerentur. atq. ad hoc existimandum ea ratione potissimum adducor, quod Romani, Polybio referente, primo bello punico Carthaginiensibus mari bellũ indicturi milites in nauali disciplina exercuerunt. sicuti etiam scribit Suetonius, Augustum, dum contra Pompeium pugnaturus esset, in portu Iulio apud Baias a se effecto mi- F
lites in nauali exercitatione tota una hyeme detinuisse. ut hinc clarum esse possit, Romanos exercendis copijs suis tam mari, quam terra operam semper dedisse, atq. huius studij gratia naumachias instituisse, & non modo pontem naumacharium ea ratione nuncupatum, quem concrematum ex larice in Raetia caeso Tiberium refecisse scribit Plinius, habuisse, uerum etiam locum peculiarem, cuius uestigia adhuc manent, quemque tempore Naumachiae tanta aqua replebant, ut mare quoddam uideretur, sicuti uenustissime Martialis demonstrauit, ubi naumachiam a Domitiano Imperatore editam hoc carmine descripsit.

In lib. de caussis na.

lib. 26. c. 3.

lib. 1.

Si quis ades longis serus spectator ab Oris,
Cui lux prima sacri muneris ipsa fuit,
Ne te decipiat ratibus naualis Enyo,

Et

A *Et par unda fretis, hic modo terra fuit,*
Non credis? spectes dum laxent aequora Martem,
Parua mora est, dices, hic modo pontus erat.

Sed ne frustra in superioribus dixisse uidear, gymnasticam medicinam, atque bellicam praecipue nauigationis exercitium habuisse, illud unum sciri uolo, in ludis quoque, quos athleticae partem esse ostendimus, aliquando similem exercitationem locum habuisse, at propter ingētem apparatum necessarium raro fieri consuesse. quod enim Virgilius de Aenea in Anchisae funere, una cum ceteris ludis naumachiam celebrante finxit, aut uerum exstitisse, aut non sine ueri imitatione credendum est, quandoquidem alios ludos, qui ibi facti a Poeta pinguntur, si ueri non fuerunt, saltem uerorum imitationes fuisse, nemo negabit. Inter nauigationis species piscatio non sine nauigijs facta similiter ab auctoribus adnumeratur, atque apud Plautum exercitationis gymnasticae vicem subijsse videtur, cum in Rudentis fabula piscatores ita loquantur, 5. Aen.

B

Ex vrbe ad mare huc prodimus pabulatum,

pro exercitio Gymnastico, & Palaestrico hoc habemus. quae tamen piscatio cum a Platone improbata sit, quod neque animus, neque corpus in ipsa exerceatur, iuremerito eam tamquam nulli utilem omnes fere gymnastici reiecerunt, nisi quod Galenus ipsam inter exercitationes, quae simul opera sunt, reposuisse uidetur, sicut & Auicenna ingredientem piscatorias naues debiliter exerceri cēsuit. quorum sententias duabus de caussis infirmas reputare debemus, tum quia neuter eorum explicate, quid boni afferat piscatio, declarauit, quasi exercitationem huiuscemodi non admodum probarent, sed communem potius quandam sermonis consuetudinem sequerentur; tum quia ipsemet Galenus piscatorum habitus duros, atque aridos esse dixit. cuius ariditatis ratione Aristotele piscatores marinos pilis rufis praeditos esse antea scripserat. unde medici, qui bonum habitum corpori exercitationibus acquirere studēt, quomodo durum, & aridum efficere piscatione uelint, non uideo; praeter quam quod cunctae propè piscationes sub sole, & in locis saepe malo aere plenis peraguntur, una excepta maritima: ut his omnibus credere cogamur, piscationis laborem medicos parui aestimasse. Neq. tamen defuerunt Imperatores, qui exercitationis cuiusdam gratia interdum piscarentur, ceu de Caes. Augusto scriptum est a Suetonio, & de Alexandro Seuero a Lampridio, de quo ita scribit: Vsus uiuendi eidem hic fuit. primum, ut si facultas esset, idest si cum uxore non cubuisset, matutinis horis in lario suo, in quo

In sophist & 7. de leg. 2. de tu. sā. cap. 8.

C

6. de cōp. med sm l. 38. partic. prob. 2.

& diuos principes, sed optimos electos, & animas sãctiores, in queis D
& Apollonium, &, quantum scriptor suorum temporum dicit, Christum, Abraham, & Orpheum, & huiuscemodi deos habebat, ad Maiorum effigies sacra faciebat. Si id non poterat pro loci qualitate, vel vectabatur, vel piscabat, uel deambulabat, uel uenabatur. Haec Lampridius. Quid autem fuerint piscatorij ludi, qui quotannis mense iunio trans Tyberim a praetore urbano pro piscatoribus Tyberinis, auctore Festo, agebantur, nondum ita certus sum, ut tuto affirmare queam, athleticam gymnasticam, cuius ludos fuisse diximus, piscationis exercitium habuisse.

De Natatione. Cap. XIV.

MAGNA, & fere incredibilis apud uetere fuit semper natationis existimatio, tantumque per plura saecula illius vsus uiguit, ut non minus pueri natandi artem, quam prima litterarum elementa edocerentur. quo tempore cum nulla maior ignorantiae nota inuri posset, quam dum aliquis nec litteras, nec natare scire dicebatur, factum fuit, ut posteriores illud in prouerbium contra bardos, & prorsus inertes continuo recceperint, adhucq. ita loquẽdi consuetudo permaneat, quando natandi peritia, si non eosdem honores obtinet, quibus anteactis saeculis afficiebatur, saltem nec penitus neglecta, nec inutilis iacet. Ratio enim, qua impulsi maiores nostri natandi scientiam tanti fecerunt, haec una iudicio meo exstitit, quod primis illis temporibus apud respub. quascunq. viri fortes prae caeteris, ut scribit Aristoteles, honorabantur, quasi ab his solis, & ciuitatum salus, & imperij propagatio, penderet: & ob id quisq. uel saltem maior nobilium, atq. etiam aliorum pars comparandae fortitudini usque a primis incunabulis incumbebat. Quocirca, ut in naualibus quoque pugnis, quae tunc frequentius committebantur, in transeundis uadis, ac fluminibus homines nandi arti confisi pericula magis euadere possent, minusue formidarent, (quando saepenumero milites mare ingredi coacti ob nandi ignorantiam suffocabantur, quemadmodum exercitui Cyri euenisse memoriae prodidit Xenophon) sicq. fortiores inter aquarum pericula fierent, natationis peritiam extulerunt; qua etiam ratione Romani ueteres, ut Vegetius scribit, quos tot bella, & continua pericula militarem disciplinam docuerant, campum Martium Tyberi vicinum delegerunt, in quorum altero armorum exercitationes inirent, in altero sudorem, pulueremq. diluerent, ac simul

[Margin: E (beside "MAGNA"); Sect. 27. Prob. 5. & 2. Rhe. c. 4 (beside "respub. quascunq."), F; De Cyri minoris expedi. (beside "exercitui Cyri"); lib. 1. de re mili. c. 10. (beside "Martium")]

A mul natare perdiscerent; ut his rationibus, ac Vegetij auctoritate facile sit iudicatu, militarem gymnasticam natandi exercitatione non caruisse. Ceterum posteriori tempore non modo natatio ob dictas rationes usurpata reperitur: uerum etiam ob ualetudinis conseruationem, nonnullarumque affectionum curationem medicis gymnasticis ipsam probatam fuisse Antyllus testatum reliquit. quod item sensisse uidetur Galenus in primo ad Glauconem, ubi laborantibus tertiana febre concedit, ut ungantur, & balneum ingrediantur, ibiq. madefiant, & si uelint, etiam natent. Quod enim natatio exercitationis loco habita fuerit, praeter Oribasij auctoritatem de ea inter ceteras exercitationes tractantis, & a lauatione, de qua libro postea decimo fusissime scripsit separantis, ipsa quoque ratio persuadet, nempe quia in huiuscemodi motione insigniter uni- 7. colle.
B uersum corpus, & mouetur, & laborat, ut Aristoteles aliquando eam cursui comparare non ineptum duxerit, Galenusque pueros temporis sui in aquis γυμναστικὰς παιδιὰς facere consueuisse scripserit. Quo pacto uero similis exercitatio perageretur, tamquam res vulgatissia silentio praeterita fuit fere ab omnibus, uno excepto Antyllo, qui nataturos prius moderate unxisse, & frictione corpora praecalfecisse, deinde e uestigio in aquam se proijcere debere uoluit, quasi omnes sanitatis gratia natantes eas regulas obseruarent. Quo autem in loco natationis exercitatio ageretur, ita apud auctores obseruaui, aliquando in ipsis gymnasijs, siue priuatis balneis, aliquando extra esse factam. In gymnasijs adhuc duobus modis natabant, uel in piscina, quam in frigidario fuisse superius demonstrauimus: (tametsi piscinas apud Varronem, & alios Latinae 23 partic. Prob. 9. 4 De locis affect. Oribasius li. 6. ca. 27.
C linguae auctores proprie loca piscibus alendis, & saginandis dicata significare credatur) uel in labris illis amplis, quae adhuc Romae uisuntur. Quod in piscinis, quae in frigidario thermarum aedificatae erant, quasque thasio lapide aliquando circundatas fuisse tradit Seneca, natarent, omnium clarissime ostendit Caecilius Plinius, qui in Epist. li. 2. villam suam exactissime depingens, de balneis eius ita scribit. Inde balnei cella frigidaria spatiosa, & effusa, cuius in „ contrarijs parietibus duo baptisteria ueluti eiecta sinuantur, abun- „ de capacia si innare in proximo cogites, adiacet unctorium, hypo- „ caustum, adiacet propnigeum; balnei mox duae cellae magis ele- „ gantes quam sumptuosae. Sed hoc clarius explicat li. 5. ubi Tuscos „ suos describens inter cetera haec habet. Inde apodyterium balnei „ laxum, & hilare excipit cella frigidaria, in qua baptisteriũ amplum, „ si natare latius, aut tepidius uelis. Ex quibus omnibus satis apertum „ Epist. 7. & 13. lib.

est,

eſt,in gymnaſijs ſiue balneis ueteres nare ſolitos,atque in frigidarij D
baptiſterio alias piſcina uocata,de qua mentionem fecit Tertullianus in lib. de baptiſmo, & de qua exiſtimo locutum Galenum dum in 7.Methodi ſiccitate uentriculi laborantes curandi rationẽ edocẽs,magis laudat lotionem in balneo factã ἐν ταῖς κολυμβήθραις. ideſt, in piſcinis natando inſtitutis,quam ἐν τοῖς μικροῖς πυέλοις. quamquam etiam piſcinam interdum in area gymnaſiorum aedificatam credo, ut teſtatur Plinius loco nunc citato, in quo poſt dicta uerba ait. In area piſcina eſt:& ante Plinium Martialis, qui li. 5. Ligurini cuiuſ-
» dam inſulſi importunitatem deſcribens dixit,

In thermas fugio, ſonas ad aurem,
Piſcinam peto, non licet natare.

ni uelimus Martialem potius de publica piſcina locutum eſſe,quam fuiſſe Romae, ex multis, & maxime ex Regionum fragmento ſub E
porticu Capitolina intelligere poſſumus, vbi Vici publicae piſci-
» nae clara mentio habetur,de qua ita Feſtus Pompeius.Piſcinae pu
» blicae hodieq. nomen manet,ipſa non exſtat, ad quam & natatum,
» exercitationis alioqui cauſſa ueniebat populus: unde Lucilius ait,
» Pro obtuſo ore pugile, piſcinenſis res eſt. De huiuſcemodi piſcinis ſcriptum eſt a Dione Maecenatem omnium primum in urbe aquarum calidarum natatoria inſtituiſſe. Quod uero in labris illis ſimiliter natarent,uel ſaltem natantium inſtar mouerentur,conijcio, cũ ex magnitudine labrorum, tum ex uerbis Galeni in 1. ad Glauconem,quando in tertianae curatione natationem in aqua commendat: quod de piſcinis gymnaſiorum nequaquam intelligi debet; tum ex Coelij Aureliani uerbis, qui in capitis dolore, atque etiã in arthriticis curandis, natationem minime ſub dio factam, nec non F
feruentem, atq. etiam frigidam probans,duo demonſtrat;primum in locis clauſis, & etiam apertis, qualis erat area piſcinae, alterũ tã in aqua calida,quam frigida natari ſolitum, unde elicio natationẽ feruentem ſolum in labris factitatam.ꝙ ſi Plinius in locis paulo ante citatis piſcinae calidae mentionẽ fecit,ſub hiſce uerbis, Cohaeret piſcina calida mirifice, ex qua natãtes mare aſpiciunt,de calefacta ui ſolis, & maritimo ſitu potius, quam de feruefacta ab igne, ut intelligit Coelius,uerba feciſſe uidetur. Quae extra gymnaſia,ſiue priuata balnea efficiebatur natatio, modo in fontibus latiſſimis, modo in lacubus, modo in fluminibus, modo in ipſo mari agebatur. de quibus ſermonem habens Ariſtoteles,dixit,melius in mari,
23.partic. Prob. 12. & 14. quam in fluuio natari,diutiusque ibi moram trahi, quoniam ueluti mare aquae ſuae corpulẽtia,craſſitieq. maiora, quam dulces aquae

ſuſti-

A sustinet onera, ita facilius corpora hominum eleuata tenet, & consequenter minus illa penetrare potest, cum dulces aquae ob tenuitatẽ suam citius, & leuius illabãtur. Extra balnea quoq. apud aliquas nationes loci peculiares nando construebantur, & ideo κολυμβήθραι uocabãtur, sicuti legitur apud Ioannẽ Euangelistam de Iesu Caeco dicẽte, ὕπαγε, εἰς τὴν κολυμβήθραν τοῦ σιλωάμ καὶ νίψαι, ubi natatoriam Siloe antiquus interpres transtulit. Itaq. natationẽ arcẽdis morbis, sanisq. corporibus exercendis, & conseruãdis vsitatam fuisse, iam satis patet: quando itẽ Aristoteles scripsit natantes in mari salubriter exinaniri. verumtamen illud animaduerti uolo, plerumq. ob delectationẽ, & ad ardores, & siccitates temperandas, homines natare consueuisse, cuius gratia in aestate dumtaxat natari solitum fuit. Cap. 9.

B

De Venatione. Cap. XV.



PRAECLARISSIMA extat Galeni sentẽtia, ex omnibus corporum exercitationibus eã proculdubio vtilissimam uideri, quae nedum corpus fatigare, verum etiam animam oblectare ualeat, & iccirco sapientissimos illos haberi debere, qui in uenatione eam exercendi corpora formam inuenerunt, in qua mirifico quodam modo labores uoluptate, quasiq. laudis cupiditate ita temperantur, ut facile iudicari non possit, maior ne sit corporis, an animi motus. Accedit huic, quod natura ipsa, quae animalia cuncta hominis caussa produxit, uenationem quasi praecipere, & acceptam habere, ut scripsit Aristoteles, uidetur, quum in ipsa proprias possessiones acquirere conetur, spectaculumq. nullo scelere contaminatum exhibeatur, sed simul, & corporis robur, & animi uigor augeatur. Ex quo nemo non uidet, quam prudenter fecerint medici, qui pro exercendis corporibus, ijsq. ualidis, & sanis conseruandis, uenationẽ tantopere aestimarunt, cuius nimirũ studio antiqui illi medicinae parentes Chiron, Machaon, Podalirius, Aesculapius usque adeo, sicut refert Xenophon, arserunt, ut non minus in ea laboris, quam in artibus, in quibus ualde excellebant, sibi impendendum quotidie putarent. Neq. uero solam medicinae gymnasticam huiuscemodi exercitationem, sed bellicam quoq. & athleticam recepisse, probasseq. credendum est; si quidem uel delectationem, & gloriam, quarum gratia athletae laborabant, uel militarem peritiam, & fortitudinẽ, quibus bellicae gymnasticae exercitatores inuigilabant, si spectemus,

In lib. de ludo paruae pilae.

1. Polit.

C

cumu-

cumulatissime omnes in uenationis exercitio reperiuntur, atque D in eo praesertim, quod non in auibus decipiendis, sed in terrestribus animalibus sine dolo capiundis laboriose uersatur, de quo magis nostram hanc tractationem intelligi debere uolumus. Et ne sine illustrium auctorum testimonijs hanc sentētiam audacter nimis proferre uidear, quomodo unaquaeq. gymnastica uenandi exercitatione usa sit, iam inceptam uiam insequens demonstrare conabor. Quod enim illa bellicae fortitudini assequendae maximum adiumentum praebere putaretur, locupletissime testatum fecit Plato, qui postquam in Thaceteto, & 7. de legibus venandi disciplinam in tres species, aquatilium scilicet, uolatilium, & terrestrium animalium distinxisset, improbatis alijs duabus pro iuuenum educatione, de terrestrium uenatione in fine 7. de legibus ita concludit.

,, πεζῶν δὴ μόνον θήρευσίς τε, καὶ ἄγρα λοιπὴ τοῖς παρ' ἡμῖν ἀθληταῖς, ὧν ἡ μὲν E
,, τῶν εὑδόντων αὖ, κατὰ μέρη νυκτερεία κληθεῖσα, ἀργῶν ἀνδρῶν. οὐκ ἀξία ἐπαίνου,
,, οὐδ' ἡ τῶν διαπαύματα πόνων ἔχουσα, ἄρκυσί τε, καὶ πάγαις, ἀλλ' οὐ φιλοπόνου ψυ
,, χῆς νίκη χειρουμένων τὴν ἄγριον τῶν θηρίων ῥώμην, μόνη δὴ πᾶσι λοιπὴ καὶ ἀρί-
,, στη ἡ τῶν τετραπόδων, ἵπποις, καὶ κυσὶ, καὶ τοῖς ἑαυτῶν θήρα σώμασιν, ὧν ἁπάντων
,, κρατοῦσι δρόμοις, καὶ πληγαῖς, καὶ βολαῖς αὐτόχειρες θηρεύοντες ὅσοις ἀνδρείας
,, τῆς θείας ἐπιμελές. idest, Solum itaque terrestrium uenatio, capturaue,
,, athletis nostris reliqua est, atque harum, quae dormientia animalia
,, peculiari uocabulo nocturna uocata persequitur, segnibus conue-
,, nit, nullamq. meretur laudē, sicuti nec illa, quae laborum intermis-
,, siones habens, retibus, & laqueis non laboriosi animi uictoria fera-
,, rum robur euincere conatur. unde solam illam optimam esse relin-
,, quitur, in qua homines quadrupedia equis, canibus, & proprijs cor
,, poribus uenātur, quos omnes superant illi, qui fortitudinis diuinae F
,, possessionem curantes proprijs manibus currendo, feriendo, & iacu
,, lando uenationi operā nauant. Ex quibus uerbis clare patet, quan-
,, tum Plato in comparanda fortitudine bellica diuina ab ipso nun-

cupata, venationem dixerit exercitatoribus militaribus conferre. quos quomodo ipse sub ἀθλητῶν nomine comprehendat, superius indicauimus. Euidentius, quam Plato, locum hunc explicasse uidetur Xenophon, qui de Cyro in eius paedia ita scriptum reliquit:

,, τῆς πολεμικῆς δὲ ἕνεκα ἀσκήσεως ἐπὶ θήραν ἐξῆγεν, οὕσπερ ἀσκεῖν ταῦτα ᾤετο
,, χρῆναι, ταύτην ἡγούμενος καὶ ὅλως ἀρίστην ἄσκησιν πολεμικῶν εἶναι, καὶ ἱππι-
,, κῆς δὲ ἀληθεστάτην. idest, Exercitationis autem bellicae gratia eos
,, ad uenationem educebat, quos haec exercere oportere existima-
,, bat, hanc ratus & omnino bellicarum exercitationum optimam,
,, & equestris uerissimam. Quo in loco nemo non uidet, quam

aperte

A aperte uenationem ad exercitationem bellicam omnium maximè conducere censuerit. unde postea in lib. de venatione iuuenes ad capessendam hanc exercitationem duabus praecipuis rationibus adhortatur; tum ꝙ corporibus bonam ualetudinem comparat: tum ꝙ eos ad bellum maxime instituit, strenuosque milites, & ceteris rebus agendis idoneos reddit. At Aristoteles non tantum bellicae exercitationi uenandi studium conducere uoluit, quinimo illud ipsius partem manifesta oratione fecit: ut nulla amplius dubitatio supersit, quin inter ceteras militari gymnasticae inseruientes exercitationes uenatio quoque locum obtinuisse dicatur. Quod vero nec athletica professio huiusce generis exercitio caruerit, venationes in amphitheatris ab Imperatoribus saepenumero repraesentatae, & apud Latinos scriptores mirũ in modum celebratae demon- lib. 1. pol. cap. 5.

B strant: quae licet ab hac nostra multum diuersae fuisse appareant; illius tamen speciem praeseferebant, nempe cum bestiarij, atq. alij mortis supplicio condemnati eo prorsus modo aduersus feras, vsq. ad alterius interitum (ut refert Suetonius) contenderent, quo venatores contra minus immanes belluas pugnare consueuerunt. De medicorum gymnastica, quod scilicet uenationem ualetudini, & bono corporis habitui comparandis, tuendisq. probarent, nemini non constare arbitror, quando, praeter Xenophontis sententiam citatam, praeter Galeni auctoritatem, qui inter exercitationes corporis sanitati inseruientes eam reposuit, ludoq. paruae pilae in hoc solum inferiorem fecit, quod maiori apparatu indigeat, propterea nec artificibus, nec ciuilibus negotijs implicitis conueniat; praeter iuniorem Plinium, qui uenatione corpus sanum conseruasse insi- 2. de tuen. san. In lib. de ludo paruae pilae. li. 5. epist.

C nuat, praeter aliorum argumenta, unum Razis Arabis medici eruditissimi testimonium sufficere potest, apud quem legitur, contigisse in quadam peste, ut, dum omnes fere perirent, soli venatores, ob summam ualetudinem assiduis exercitationibus partam, incolumes euaserint. ne silentio praetereã Lacedaemonios, a quibus olim ad coenam Dionysius Syracusanus acceptus, se cibis appositis delectari negauit. cui statim respondit coquus, ideo illud euenisse, quia nec in uenatu, nec in cursu laborauerat, & ideo siti, & fame carebat, quibus Lacedaemoniorum epulae condiebantur. Itaq. mirari nullo pacto debemus, si Mithridatem, quem usq. adeo sanitatis, & uitae studiosum fuisse scimus, venationi ita auide operam dedisse legimus, ut septem annis, neque vrbis, neque ruris tecto vsus sit. Ergo manifestum cuiuis iam esse potest, quantum in exercendis pro ualetudine corporibus uenatio apud ueteres aestimata fuerit. cuius in 30. con. tract. 13. cap. 3.

cum

cum multae essent species, quarum aliae retibus, aliae laqueis, ui- D
sco, & aucupijs, aliae carniuoris, & rapacibus auibus, aliae canibus, sagittis, uel puris, vel tinctis; quas ideo Gallos uenatores hellebo-ro inficere consueuisse tradit Plinius, quia circumciso vulnere ca-
li.25.c.5. ro tenerior sentitur: aliae armis modo in uolatilia: modo in terre-stres belluas peragebãtur: illas uenationes aptiores existimatas arbi tror, in quibus homines tam pedibus euntes, vel currentes, quam equis vecti feras canibus, & armis insectabantur; nempe quas tum corpora magis exercere, tum sensus omnes acuere, tum maiorem animis uoluptatem afferre nemo negarit. Eam enim uenationem, quae cum accipitribus & asturibus aduersus aues hisce temporibus exercetur, an commendarint antiqui medici, affirmare nequeo,
7. de his. animaliũ. cap.36. quod, licet Aristotel. memoriae prodiderit, in ea Thraciae parte, quae olim Cedropolis uocabatur, homines societate accipitrum E
per paludes aucupari consueuisse; nihilominus genus illud vena-tionis nostrae ualde dissimile fuisse uidetur; quandoquidem illi ip-si lignis, quae manibus tenebant, arundines & fruteta mouebant, unde aues ob strepitum excitatas, euolãtesq. accipitres desuper in-sectabantur, quorum metu aues perculsae terram repetebant, ibi-que percussae baculis a venatoribus capiebantur, & earum partes accipitribus distribuebantur; nostrum uero accipitribus, atque astu ribus edoctis peragitur. quod antiquos ignorasse, & Constantini Imperatoris aetate inuentum esse, insinuat Iulius Firmicus: sicut etiam ignorarunt eam uenationem, quae canibus arte quadam in-structis, & retibus aduersus qualeas, perdices, & fasianos exercetur. Sed de his satis.

Explicit Liber Tertius.

A

ARTIS. GYMNASTICÆ

LIBER QVARTVS

De ratione agendorum, & de exercitationis vsu. Cap. I.



VM gymnasticae originem, eiusque species, & specierum (ut sic dicam) species ab antiquis traditas, ac in usu habitas, iam clara, quantum conceditur, effecerimus, ad perficiendum tractationis nostrae institutũ relinquitur, prius uniuersales, communesue exercitationum omnium regulas tradere, quarum ductu non mo-
B do singula cognoscere, verumetiam vti unusquisq. possit: deinceps ad particularia, & magis propria transeũdum erit, ut in singulis exercitationibus, quid boni, & quid mali resideat, faciliter pernoscere, & cognitum partim amplecti, partim effugere valeamus. Fuisset profecto inanis prope labor, ac uanum studium exercitationes vsque adeo apud veteres celebratas peruestigasse, nisi etiam utilitates, & commoda, quorum gratia totam gymnasticam, & cõdiderunt, & in quotidianum medicorum usum eduxerunt, perspecta, & clara haberent illi, quibus haec nostra lectitare, ijsque ad sanitatis profectum non oscitanter uti placuerit. Atq. in hoc ideo magis mihi elaborandum esse censeo, quoniam Galenus Hippocratis atque Platonis pla
C cita secutus, in omnibus quidem artibus, sed praesertim in medicina, uniuersales methodos parum iuuare clamat, nisi particularium tractationes, ac indiuiduorum speculationes accesserint, quibus tũ res communi methodo inuentae certius confirmentur, tum earum similitudines ac dissimilitudines, unde omnis humana deceptio, ut in Phaedro scripsit Plato, principium sumit, probe discernantur. Hanc igitur ab antiquis philosophis, atque medicis laudatam uiam incedentes, tractandorum omnium ab ipsius exercitationis natura initium capiemus: quam cum definierimus motum quendam corporis esse, atque omnem motum necessario differentiae nonnullae sequantur, nimirum vehementia, remissio, celeritas, tarditas, & similia: & propterea in quouis motus localis genere corpus quod mouendum est, locus ubi moueri debet, tempus in quo moueatur, ac ipsius motus mensura, atque modus ex necessitate requirantur, confutatis eorum, qui de exercitationibus male senserunt, opinionibus, primo differentias

differentias illas exercitationẽ consequentes declarabimus: secun- D
do, quae sint corpora exercitationibus apta, & quae inepta, demonstrabimus: tertio, qualis esse debeat locus, ubi illi exercitationibus operam nauare debent, qui uel confirmandae, vel conseruandae ualetudini student: quarto, quodnam tempus exercendis corporibus opportunum habeatur; sicuti namque corpora omnia non omnem exercitationis speciem perferunt, ita similiter non quiuis locus, nec quodlibet tempus cuicunque aptantur. Sed, quia imperfecta haec tractatio remaneret, nisi mensura exercitationis praescriberetur, ideo quincto subiungam, quantum exercendum sit. Addam & sexto modum, quo exercitatio adiri debeat, atque sic ad particularium exercitationum qualitates examinandas descendens nihil relinquere conabor, qđ in hac materia iure desiderari queat, & quod
1. de dieta. ab Hippocrate, siue Polybo pro laboribus, aut exercitationibus tra E
ctandis cognitu necessarium positum fuerit. Sed hoc antequam aggrediar, illud prius hoc in loco praefandum esse, iudico, ea omnia, quae in hoc quarto volumine tradituri sumus, tãti in vniuerso exercitationum negotio momenti exsistere, ut, ijs uel ignoratis, vel neglectis, exercitationes detrimenta potius, quam commoditates ullas inferant: innumerae quandoquidem exercitationes, ut praecla-
2. đ tu. va. c. 7. & lib. đ cibis bo. & mat. suc. re scriptum est a Galeno opportune ac prudenter administratae, errores tum naturae in corporis temperie factos, tum hominum in uictus ratione commissos emendare, prorsusq. delere natae sunt, veluti M. Tullio contigisse fertur, quem mala stomachi ualetudine affectum opportunis, ac moderatis exercitationibus ita corporis sui ha-
In eius uita. bitum roborasse scribit Plutarchus, ut ad multa magnaque certamina se ualidum reddiderit. Contra, si eaedem temere nullaq. oppor- F
tunitatis ratione fiant, non modo optimas corporis a natura constitutiones tributas corrumpunt, & interdũ prorsus destruunt: uerumetiam plurima, ac saeuissima morborum genera latenter inducunt. quo fit, ut, qui exercitationibus moderate, & opportune peractis uitam sanam traducere, nullisq. medicamẽtis indigere possent, ijdem ob exercendi negligentiam quasi perpetua infirmitate crucientur, assiduisue medicamentis opus habeant.

Con-

A *Confutatio opinionis eorum, qui exercitationem in sanis damnabant, & de exercendi necessitate, ac commoditate. Cap. II.*



I igitur tales, tantaeque exercitationis utilitates existunt, magnopere coarguendi sunt, qui de corporibus exercendis prauas omnino, atque humano generi noxias sententias disseminare non erubuerũt. hos etenim in tres sectas antiquitus partitos esse scribit Galenus, quorum alij quascunque exercitationes ueluti sanitati potius noxias, quam utiles penitus sustulerunt; Alij neminem exerceri uetandum uoluerunt; Alij media quadam uia incedentes assuetos solum exercendos iudicarunt, inassuetis exercitationes negarunt. Horum omnium placita, & re- 5. de tu. va. cap. 11.
B censere, & refutare operae pretium duco, ne si uel taceamus, gratis eos reprehendere uideamur; uel si irrefutata dimittantur, aliquibus arrideant, & tamquam sanitati conducentia interdum accipiantur. Erasistratus itaque, Praxagorae, & Chrysippi in medicina successor, necnon Asclepiades Prusiensis magnae auctoritatis medicus inter alias absurdas, quas habuere de remedijs opiniones, medicamentorum fere, & sanguinis missionis usum in infirmis abrogandum crediderunt, in sanis exercitationes corporis nihil ad bonam ualetudinem conferre statuerunt, atque ad hoc postremum asserendum pluribus rationibus adducti fuerunt. Prima erat, quod sanitas in humorum omnium iusto temperamento collocatur, humores uero gignũtur, & in moderatione retinentur ex ciborum moderata sum-
C ptione, & concoctione, concoctio uero quaelibet quiete, ut indicat somnus, magis perficitur, a motu, qualis est exercitatio, impeditur, & non raro corrumpitur, unde ipsa deprauata necessario humorum harmonia, & ideo ipsa sanitas destruitur. Altera ratio erat, quod omnis exercitatio laborem sibi adnexum obtinet, labor sicuti naturae nostrae quodammodo inimicus apparet, ita quoque iucunditatem, & dulcedinem, quibus numquam sanus homo priuari debet, e medio tollit, atq. sic sanitati potius obest, quam prodest. Tertia ratio erat, per eadem sanitatem praesentem conseruari, per quae amissa recuperatur, unde cum deperdita sanitas per quietem, & non per exercitationem reparetur, per eandem etiam, & non per motum ullum conseruatur. Quarta ratio erat, ab exercitatione nimis calorem augeri, & consequenter natiuum humidum exhauriri, quae duo sanitatem corrumpere, & non conseruare nemo dubitat, cum ipsa in moderato calore, & in commensurato natiuo hu-

mido tota consistat. addebant insuper, multos diu in carceribus detentos sanam uitam traducere, qui nullo pacto exercitationibus uacare possunt, atque inde apparere sanitatem absque exercitationibus consistere. Tot igitur rationibus inducti medici illi exercitationes corporis sanitati nullo pacto conferre & crediderunt, & ceteris persuadere conati sunt. sed eos vehementer aberrasse, omnes plane confitebuntur, si & exercitationis necessitatem, & naturam, utilitatemue penitus considerare uoluerint. Nam cum a corporibus nostris continuo effluant corpuscula, quae nisi instaurarentur, uitam facillime perderent, ideo cibo, quoad uiuimus, ut effluentes partes regenerentur, semper opus habemus; cibus autem, quantumuis opportunus, & inculpatus eligatur, numquam ita in substantiam membrorum conuertitur, quin excrementa inutilia remaneant, quae nisi continuo foras truderentur, haud difficile foret, aliquo temporis tractu usque adeo accumulari, ut calorem naturalem suffocarent; quod praeuidens sagax natura meatus, ac uias multas illis expurgandis parauit. quae proculdubio cunctis exinaniendis cum non sufficiant, exercitatione indigemus, ut ea per motum attrita alias sudoribus, alias sensibilibus, & insensibilibus exspirationibus a nobis separemus. alioqui si ocio, & torpore huiuscemodi excrementa retineantur, periculum est, ne innumerae morborum exitialium species generentur. & iccirco praeclare Socrates apud Platonem in Theaeteto dixit, habitum corporum ab ocio, & quiete destrui; ab exercitationibus uero, & motibus conseruari; quod forsan

6.epi.cō 4 ex eo Hippocratis oraculo didicerat, ubi sanae uitae traducendae rationem breuiter exponens, ita scripsit: ἄσκησις ὑγίης, ἀκορίη τροφῆς, ἀοκνίη πόνων, uidelicet, quod in hoc sanitatis conseruatio collocatur, ut satietas ciborum uitetur, & exercitationes corporis in frequenti usu habeantur. Accedit his, quod calor multitudine excrementorum per exercitationem exoneratus robustior efficitur, membra firmitatem maiorem acquirunt, omnesque corporis uirtutes in proprijs perficiendis operationibus expeditiores, & fortiores

1.de dieta. euadunt. ut recte dixerit Hippocrates, siue Polybus, ἄνθρωπος ἐσθίων οὐ δύναται ὑγιαίνειν, ἢν μὴ πονέῃ, quod scilicet homo, qui comedit, minime sanus uiuere potest, nisi laboret. Sed ne Erasistratum, atque Asclepiadem gratis refutare uideamur, quales sint eorum rationes, perpendemus. primo concedimus, sanitatem in humorum aequalitate sitam esse, atque hanc aequalitatem ab optima succorum generatione, & concoctione conseruari; dicimus tamen concoctionem ipsam & a quiete effici, & ab exercitatione opportu-

ne,

A ne, ac moderate adhibita non parum adiuuari; quandoquidē si, ut nuper dicebamus, calor naturalis ab onere superfluitatū per exercitationē leuatus ualētior redditur, magisq. excitatur, & sic excitatus concoctiones meliores parat, quomodo exercitationes opportunae succorum optimam concoctionem non suggerant, simulq. sanitatis conseruationi non ualde conducant, non uideo. unde si motum intempestiuum concoctionem corrumpere fatebantur, & nos quoq. illis assentimur; at si motum tempestiuum, qualem exercitationem medici antiqui esse definierunt, idem efficere adstruxerunt, in aperta falsitate uersari eorum dogmata cuiuis perspectum est; eo magis quia exercitatis profundiores somni contingunt, quibus postea meliores concoctiones perficiuntur: ut non sine ratione dixerit Galenus primo de alimentis, neque prauos cibos offendere multum ex-
B ercitationi deditos, nempe quibus profundi somni a laboribus eueniant, & tales deinde somnos optimae concoctiones sequantur. Quod porrò in secunda ratione afferebant exercitationem laborem adnexum gerere, & proinde uoluptatem sanitati coniunctam, ipsamque sanitatem adimere, partim confirmamus, partim negamus; non diffitemur profecto exercitationem, quam uehementem motum anhelitum alterantem esse decreuimus, laboriosam aliqua ex parte fore, & tempore, quo peragitur, iucunditate carere; dicimus tamen, sanitatem interdum cum aliqua molestia posse permanere, dummodo neque illa modum excedat, neque multo tempore perduret, qualis est molestia exercitationi associata, quae momentanea est, non immoderata, immo maioris, & longioris delectationis praeparatrix, nempe cum corpus a superfluitatibus libe-
C ret, omnisque naturalis exinanitio iuxta Aristotelis sententiam delectationem afferat. Ad tertiam rationem, qua etiam Porphyri us philosophus adductus carnium usum ad sanitatem damnauit, respondemus falsum omnino esse, quod per eadem praesens sanitas conseruetur, per quae absens recuperatur; quoniam etiam ipse Asclepiades, & Erasistratus per inediam trium, & quatuor dierum, ut Celsus, & Plinius testantur, multos affectus curabant, quam sanitati conseruandae maxime nocere, fatui quoque affirmarent. praeterea Hippocrates, eiusq. sequaces experimentis infinitis medicamenta sanitatem recuperare, si opportune sint adhibita, comprobarunt; at ijdem sanos non modo a medicamentis, non iuuari, sed sanitatem apprime laedi, palam enunciarunt. unde satis patet, propositionem, quam assumpserunt, a ueritate longe recedere; ne longior mea euadat oratio, si omnia quae ad refutandam illam ualerent, in

Prob. sect. 5. 2. de absti. ab animalibus.

Lib. 1. in prooe. li. 26. c. 1.

medium afferre uellem. Erat illorum quarta ratio, ab exercitatio- D
nibus calorem augeri, & ob id modum ſibi debitū hoc eſt medio-
critatem tranſire, & conſequenter natiuum humidum, a quibus
duobus uniuerſus ſanitatis ſtatus dependet, exhauriri; at eam ue-
ram minime eſſe facile conuincetur, ſi exercitatio debite admini-
ſtrata, quemadmodum medici antiqui decreuerunt, conſideretur;
quae tametſi calorem natiuum augeat, ſuperfluoſque humores ina-
niat, ſi tamen adhibeatur eo modo, quo adhibendam inferius de-
monſtrabimus, tantum abeſt illam natiuum humidum conſume-
re, aut ſanitatem aliquo pacto labefactare, ut potius extraneos hu-
mores diſſipando, ſuperfluitateſque abradendo, quae ipſum hu-
midum turbare, ac inficere poſſent, idem conſeruet, & ſimul
cum calore uiuidum reddat, necnon carnes, & cetera membra
com.3.de ſolidiora, & puriora, efficiat; ex quo venuſtiſſime Galen. carnes E
arti. aph.1 utentium exercitatione τυροῖς ἀκριβῶς ἤδη πεπηγόσι, ſiue caſeis iam
exacte coagulatis, & non utentium τυροῖς ἐπιπηγνυμένοις, ſiue ad-
huc coagulationem ſubeuntibus adſimilauit. Quod autem vlti-
mo addebant, in carceribus concluſos ſine vlla exercitatione ſa-
nam vitam degere, ſi intelligant ſine exercitatione proprie di-
cta, quam vehementem motum eſse definiebamus, uera dicunt, &
nos quoque aſsentimur: at ſi de exercitatione communiter accepta
loquantur, ut eorum fuit ſententia, dicimus in carcere concluſos
vel frictione, uel aliquo alio motu fuiſse vſos; alioqui ab omni mo-
tu penitus deſiſtentes, impoſſibile eſt, ut multo tempore ſani vi-
uant, quando quotidie ea ratione complures aegrotare, atque
6.coll. etiam interire in carceribus videmus. vnde Auerroes prauitatem
cap.2. ab exercitationis priuatione naſcentem probaturus a carceratis ar- F
gumētum accepit, nempe qui (dicebat is) facies cauticas, colorem
impurum, & omnes operationes laeſas habent, quod non magis
homini, quam alijs animalibus latentibus, & volucribus in cauer-
nis detentis accidere dicebat. quod ſi qui reperiuntur, qui in carce
ribus ſine vlla exercitatione degant ſani, illi per quam rari ſunt, &
uſque adeo valida corporis conſtitutione formati, ut omnibus no-
xis fortiter obſiſtant. Neque putandum eſt, huic ſententiae noſtrae
Hippocratem vllo pacto refragari, quod is peſtiferam illam in Tha-
ſo aeris conſtitutionem deſcribens, prauoſque in illa genitos mor-
1. Epid. bos recenſens, dixerit: Ἐγίνετο δὲ ταῦτα μειρακίοισι, νέοισιν, ἀκμάζου-
com. 1. σι, καὶ τουτέων τοῖσι περὶ παλαίστραν, καὶ γυμνάσια πλείστοισι. ideſt, Fie-
aph.11. bant autem haec adoleſcentulis, iuuenibus, aetate florentibus,
atque horum ijs, praecipue, qui in palaeſtris, & gymnaſijs exer-
ceban-

A cebantur. quoniam si recte verba auctoris venustissimi examinentur, dictis nostris maxime fauent, cum ibi narretur, corpora exercitata ob calorem, & virium firmitatem morbis illis magis restitisse, atque feliciori ceteris successu euasisse. Itaque nulli iam obscurum esse arbitror, quam grauibus in erroribus uersarentur illi, qui (audacter ne magis, an insolenter, an quod nouarum opinionum studiosi essent, ignoro) exercitationem sanitatis conseruationi nullam opem praestare affirmarunt: & contra, quam probe, & prudenter effecerit Hippocrates, Plato, Galenus, & Auicenna, qui nullum praestantius auxilium pro tuenda sanitate reperiri ipsa recta uictus ratione, necnon exercitationibus opportune administratis memoriae tradiderunt. quae duo cum diligenter profiterentur olim Persae, vsq. adeo turpe reputarunt aliquos spuere, emungere, & flati- Li. 1. Cyr. Paed.
B bus plenos videri, quasi sic (ut scribit Xenophon) coarguerentur neque modico victu uti, neque laboribus humiditates corporis consumere.

Improbatio eorum, qui omnes homines exerceri debere sentiebant. Cap. III.

REFVTATA eorum falsa opinione, qui exercitatione͂ corporis ad sanitatem nihil conducere asserebant, iam eos confutare aggrediamur, qui omnibus nullo delectu habito iniungendas exercitationes esse censuerũt: quos praedictis meliorem sente͂tiam habuisse, & ratio ipsa, & Galeni au- 5. de tue. ual. c. 11.
ctoritas persuadent. Isti etenim animaduertentes, Hippocratem
C hanc indefinitam propositionem enunciasse, (Labores cibum praecedant) dixerunt Senem praecepisse, ut omnes homines ante ciborum sumptionem sese exercerent: ad haec sententiam suam alijs rationibus confirmare nitebantur, quarum prima fuit, cunctos homines naturaliter exercitationibus inclinari, quemadmodum pueri uel mox in lucem editi attestari videntur, & propterea inclinationes a natura omnibus tributas ab omnibus etiam debere in usum poni, nec ullo pacto irritas fieri, tanto magis quando inclinationes illas ob aliquod excellens bonum naturã elargiri in pluribus manifestatur, sicuti in maiori hominũ parte exercitationũ inclinationes in vsu positas sanitatem bonum excellentissimũ praestare, nemo negat: alia ratio, qua moti isti in similem opinionem deuenerunt, fuit, quod si omnes homines necessario excrementa generant, quae co͂tinuo expelli necesse est, alioqui aucta, & accumulata natiuũ colore͂

consopirent, pessimosq. morbos citra controuersiam progignerent, D
atq. huiuscemodi excrementorum magna pars per exercitationem expellitur, difflaturue; consentaneum rationi plane uidetur, nullũ reperiri posse, qui exercitatione ad educendas quotidianas superfluitates non indigeat, & ob id omnes homines exercitationem desiderare; addebant insuper, quod si aliqui reperirentur, quibus exercitatio minime conueniret, proculdubio essent illi, qui natura corporis imbecillimi sunt, qui cum ab exercitationibus utilitatem capiant, ceteros quoscumque ab ijsdem iuuari, & iccirco illis uti debere consequens est. His ergo rationibus persuasi cunctis passim hominibus ante cibum saltem iniungendas exercitationes esse praedicabant: sed & ipsi apertissime hallucinati deprehenduntur. Quoniam cum hominum naturae, & conditiones usque adeo
2. de temper. diuersae sint, ut neminem inuenire (sicut scripsit Galenus) alteri si- E
milem prorsus liceat, sintque quibus medicamenta noceant, quib.
6. Epid. cō. 5. aph. 22. 1. part. Prob. 51. prosint, quos immodicus coitus, siue λαγνεία secundum Hippocratem, Aristotelem, & Galenum iuuet, quos uel minimus laedat, & sic de singulis, pariter rationabile sit, aliquos dari, qui non parum ab exercitationibus corporis offendantur, ut inferius monstrabimus, & proinde uniuersale illud praeceptum non sine ingenti dis-
5. de tue. ual. c. 11. crimine esse. Nam auctoritas illa Hippocratis, quam sibi fauere sunt arbitrati, haud quaquam (ut bene sensit Galenus) insinuat, quod omnibus hominibus exerceri conducat, immo de ordine exercitationis, & cibi auctor ibi sermonem habuit: quasi innuere uoluerit, quibus exercitari expedit, praecedere exercitationem cibos debere: quod porro idem censuerit, exercitationem haud cunctis
6. Epid. con. 4. prodesse in libro de grassantibus morbis palam testatus est, ubi cali- F
das naturas quiescere debere censet. Ratio vero prima, qua sententiam suã adstruebant, licet uera sit, atque a Platone, ac Galeno confirmetur; nihilominus eorum dictis parum opitulatur: siquidem homines a natura profecto ad motus simpliciter inclinantur, & nullus est, modo sanam uitam degat, qui perpetuo otio torpeat, & nũquam moueatur; at quod ijdem inclinentur ad eos uehementes motus, quos sub certis regulis complexos exercitationes uocamus, nulla ratio dictat, neque ullus sanae mentis pronunciaret. Ex quo apparet ratione naturalis inclinationis minime cunctos exercitationibus aptos iudicari debere. Ad alteram rationem, quae certe multa probabilitate non caret, respondemus excrementa continuo in corporibus nostris collecta necessario esse tollenda, at quod solis proprie dictis exercitationibus huiuscemodi exinanitio peragatur, fal-
sum

A ſum omnino eſt:quando balneum, frictiones, inſenſibilis tranſpiratio, geſtationes citra motus ullam uehementiam ſimili euacuationi perbelle ſatisfacere poſſunt, quemadmodum appoſitiſſimis Primigenis, & alterius cuiuſdam exemplis demonſtrauit Galenus, quos ab imminentibus morbis exercitationis abſtinentia, ſoliusq. balnei uſu ſe liberaſse, ſanosq. conſeruaſse teſtatur. quod uero poſtremo loco addebant, cum imbecillimi natura exercitationes requirant, alios quoſcumque etiam requirere, dicimus aſsumptum uerum eſſe, uidelicet imbecilli corpore natos ab exercitationibus non parū iuuamenti percipere, ut Socrates apud Xenophontem ſui ipſius exemplo probat, natura infirmiſſimos, ſi exerceantur, fortiores euadere, quam naturali fortitudine praeditos, ſed inexercitatos, & poſt Socratē Galenus, qui multos a natura infirmo corpore genitos mo-

B deratis exercitationibus naturae errores correxiſse, & quaſi nouū corporis, ac meliorem habitum regeneraſse ſcribit: attamen conſequens falſum eſse confitemur, neque enim ſequitur, imbecillimi exercendi ſunt, ergo omnes alij; ſi quidem calidi & ſicci immoderate, tametſi non ſint imbecilles, cauſſis antedictis exercitationes non requirunt, quia uires non ſunt, quae exercitationem inhibeant, ſed intemperies corporis, quae dum ab exercitationibus augetur, eas prorſus noxias eſse indicat. Concluditur ergo, omnes homines exercitationes proprie dictas minime deſiderare, atque illos, qui hoc aſſeuerarunt, toto caelo aberraſse; quamuis exercitationem communiter acceptam, prout quaſlibet uel minimas corporis agitationes complectitur, nemini ſano negari poſse fateamur, quando nihil ſanitati tam hominum, quam brutorum aeque pernicioſum, & letale,

C inuenitur, atque cuiuſlibet motus ceſsatio, conſumatumue otium, quibus non tantum uniuerſus corporis habitus inſigniter refrigeratur, calor natiuus hebetatur, humiditates ſuperuacuae creſcunt, moleſtusque quidam omnium uirium torpor connutritur, uerumetiā, ut dicebat Galenus, cuncta membra tenuia, debilia, atque flaccida euadunt, & ſubinde non raro exitiales morbi naſcuntur, qui, ab humoribus frigidis plerumq. originem ducentes, uel ad mortem, uel ad perpetuam ualetudinis offenſionem perducunt.

5. de tuen valet.

In li. de dictis, & factis Socra.

2. de tue. ual.

lib. de cibo & ma. ſucci.

li. de' cau. morborū.

li. 2. de fra.

D

Redarguuntur, qui assueto solum exerceri uolebant. Cap. IIII.



RESTAT falsa eorum opinio condemnanda, qui assuetos solum exerceri debere, inassuetos minime exercendos esse iudicabant. quorum sententia tametsi speciem ueritatis quandam praeseferat, ceterisque duabus iure anteponi mereatur, haud tamen prorsus errore uacat, dum assuetudini nimium tribuere, quasique supra naturae condiciones illam statuere uidetur. Ceterum ne horum placita iniuste refellere credamur, & rationes, quibus adducti in eam sententiam iuerunt, & errata, quae commise runt, in medium proponemus, vt veritas facilius elucere aequo iudici possit. Isti itaq. cum legissent apud medicorum principem Hippo E
2. Aph. 49. 50. cratem, eos, qui consueti sunt solitos labores ferre, etsi fuerint imbecilles, & senes non consuetis, fortibus, & iuuenibus facilius ferre; quaeq. ex longo tempore consueta sunt, etsi deteriora sint, inassuetis minus incommodare, asseueranter pronuntiarunt, neminem inassuetum exercitationibus, & laboribus committi debere, alioqui maximopere offendi, sed dumtaxat assuetos, nempe quos partes exercitatas robustiores habere, & propterea laboribus sine damno resistere experientia demonstrat. addebant his rationes, primo quòd omnes illi, qui cuilibet rei insuescunt, magna ex parte naturae suae cōuenientem consuetudinem deligunt; quoniam laedentia experti, illa repudiant, & iuuantibus adhaerent. unde exercitationibus assueti in illis tamquā sibi familiaribus conseruari debent: qui uero quiescendi consuetudinem contraxerunt, ab illa nullo pacto sunt remouendi, quasi tales experti sint ab exercitationibus se ipsos offendi, & a quiete utilitatem capere. Secundo, quod iuxta philosophorum, & medicorum placita consuetudo in naturam transit, & iccirco non secus consuetudinem permutantes oblaeduntur, atque illi, qui naturam peruertere, & aduersus illius impetus obtendere conantur. Tertio quod si consueti quiescere longo tempore sani ita uixerunt, uerisimile fit, in eadem quiete reliquum uitae cursum ipsos sanos peracturos; ex aduerso uerendum esse, ne ijdem aegritudines diuersas incurrant; siquidem permutantes in contrarium uiuendi rationem, & alia ipsi consequentia in contrarium statum permutari, necessarium videtur. Huiuscemodi ergo rationibus inducti, isti constanter affirmarunt, consuetudinem non debere mutari, & ideo solitos exerceri exercendos esse, & solitos quiescere in quiete permanere debere. F

A debere. Sed,ut dixi, licet hi minus culpandam ſententiam ſecuti ſint,attamen neque ipſi erroribus caruerunt, quia Hippocrates in omnibus ad inaſſueta tranſeundum eſſe iudicauit,ne quando ad illa deſcendere coacti grauiora damna patiamur, quod magis agendum eſt,quando illa,quae conſueta ſunt,nimis pernicioſa exſiſtunt, qualis eſt conſumata ab exercitationibus ceſſatio,unde Hippocratis citata auctoritas in eo ſenſu accipi debet, ut uoluerit, quemadmodum & nos,velimus, nolimus, aſſentiri cogimur,aſſueta inſolitis minus turbare, neque propter hoc interdixerit, quin ad inſolita quandoque tranſeundum ſit, & praeſertim cum aſsueta ualde praua ſunt,& inaſsueta multo meliora.Primae itaque rationi reſpondemus, aſſumptum falſum eſse uniuerſaliter intellectum, quoniam ſicuti multi conſuetudinem naturae eorum conuenientem induunt, B ita quamplures uel dulcedine allecti, uel negligentia, aut alijs detenti ſtudijs, uel prae nimia ſtupiditate ſeſe laedi non ſentientes, in malis conſuetudinibus, & naturae ipſorum inimicis perſiſtúnt; quemadmodum faciunt quieſcendo, & aſsueti,& dediti,qui quietis uoluptate delibuti non ſentientes offenſionem ei aſſueuerunt; non autem quod eam tamquam ſibiipſis conuenientem elegerint, nimirum quam iam ante hominibus cunctis inimicam probauimus. Ad ſecundam uero rationem dicimus, naturam profecto, & conſueſuetudinem parum differre; haud tamen ſequi ex hoc,quod numquam conſuetudo mutari debeat: quandoquidem ſi medici naturas prauas, ideſt naturales intemperies emendare, in meliusq. permutare omni arte contendunt,ut ſanitatem,& habitum bonum C corpori ingenerent,cur item peſſimae conſuetudines ab illis in honeſtiores, & ſalubriores permutari nequeant, ignoro; eo praeſertim quod facilius exſuuntur, quae conſuetudine fuerunt contracta, quam quae a principio ortus a natura tradita. accedit huc, quod otiandi conſuetudo pernicioſa eſt, quia (vt dicebat Celſus) poteſt incidere laboris neceſſitas. Tertiae praeterea rationi opponimus eos, qui in prauis conſuetudinibus perſiſtunt, tametſi ob iucunditatem non aduertant,perturbari, ut innuere uoluit Hippocrates,dum haudquaquam inaſsueta deteriora non turbare, ſed minus turbare dixit; neque propter hoc laudari, & probari debere,quod multo tempore in ſimilibus conſuetudinibus uitam ſanam traduxerint: quoniam ſicuti dicebat Galenus,illi,qui cibis mali ſucci uictitant, longo tempore malignitatem intus alentes, tandem qualibet uel minima occaſione peſſimos morbos incurrunt, ſimiliter quoque in peſſimis conſuetudinibus perſeuerantes ſaepenumero intus

2.Aph.56

Lib.1. Cap.3.

2.de alim.

intus malos habitus concipiunt, quos per aliquod tempus non percipiunt, quousque humores praui otio nutriti, & supra modum aucti incurabiles, & molestissimas aegritudines inducunt. Quamobrē elaborandum est, uniuersis sanam uitam optantibus, ut malae consuetudini innutriti minime se uoluptate, atque damni ignorantia decipi sinant, immo quamprimum ab ea recedere, paullatim tamē, & ut dixit Hippocrates ἐκ προσαγωγῆς studeant, illud pro comperto habentes potius cum aliqua molestia permutandas esse perniciosas consuetudines, quam in illis cum delectatione persistendum. Atque haec pro male de exercitationibus sentientium refutatione dicta sufficiant. Tempus modo est, quae corpora exercitationibus accommodentur, quod tempus, & qui locus, demonstrare: sed antequam hoc aggrediamur, differentias, ut supra promisimus, ipsiusque tractationis ordo expostulat, exercitationum breuiter percurremus. D E

De exercitationum differentijs. Cap. V.



VICVMQVE ex antiquis exercitationum facultatem speculari, & scriptis tradere aggressi fuerūt, tres primarias illarum differentias effecerunt, quarum aliam παρασκευαστικὸν γυμνάσιον siue praeuiam exercitationem, alteram ἀποθεραπευτικόν, tertiam simpliciter
3. đ tu.va. c.2.11.12. exercitationem nuncuparunt. Praeuia siue praeparatoria exercitatio secundum Galeni interpretationem erat motus quidam in mensura intra modum, in qualitate ipsa incitatior, ac celerior, quae non modo corporis motu, verum etiam frictionibus, & unctionibus, similibusq. alijs peragebatur, quaque ad curādam corporis raritatem, cogendamue laxitatem, ut plurimum post venerem utebantur, quamuis etiam interdum vterentur ante alias grauiores F
3. đ tu.va. cap.8. exercitationes, quod proprium athletarum fuisse scribit Galenus,
2. đ tu.va. cap.3. ne ab immodica quiete ad magnum motum perinde ac a contrario
3. đ tu.va. cap.12. ad contrarium absque medio subitus fieret transitus. Ἀποθεραπευτικὴ exercitatio alia vt pars exercitationis, alia ut species a Galeno ponitur, atq. utraq. erat motus quidam quantitate mediocris, tardus, & citra ualentiorem nixum subinde quietem interponens, modo frictionibus, modo ambulationibus, alijsq. huiuscemodi motibus factus, qui tum emolliendis exsiccatis a nimio labore corporibus, tum laxandis meatibus post grauiores exercitationes, post vigilias, post
2. đ tu.va. cap.12. maerores inseruiebat; & proinde hic motus a Galeno extrema

exer-

A exercitationis pars nominatus reperitur, quoniam fere ſemper poſt magnas exercitationes, ne ad contrariam quietem illico tranſgrederentur, ipſam adhibebant, ut pote qui ob tarditatem, & frequentem interpoſitam quietem medium inter exercitationem validam, & conſummatam quietem teneret. Porro exercitatio ſimplex apud medicos gymnaſtas multas differentias habuiſſe legitur, alias ab extrinſecis, alias ab vtendi rationibus, alias a motus ipſius tum quantitate, tum qualitatibus deſumptas: quae ab extrinſecis accipiebantur, plerumque a loco nomen ſortiebantur, quando uel ſub dio, vel ſub tecto, uel in mixta umbra, quam ὑποσυμμιγῆ Graeci uocant, exercitatio peragebatur: item quando aut locus erat calens, aut frigidus, aut media temperie, & praeterea aut plane ſiccus, aut humidus, aut medio modo attemperatus. Differentiae ab 2. de tue. ual. cap. 8.

B utendi rationibus acceptae huiuſcemodi exſtiterunt, quoniam aut continuus erat motus, aut intermiſſus, et ſi continuus, aequalis, uel inaequalis; ſin intermiſsus, aut certo ordine, aut citra ordinem, praeterea vel ſine puluere fiebat, uel cum puluere, atque eo alias multo, alias modico; ſimiliter agebatur uel ſine oleo, uel cum oleo, atque ipſo alias exiguo, alias multo. Quae autem ab ipſius motus quantitatibus acceptae inueniuntur differentiae, tales ſunt, quod exercitationes uel multo tempore durabant, & multae dicebantur, vel breui, mediocri, atque paucae, & mediocres uocabantur. Differentiae a motus quantitatibus deſumptae illae quoque fuerunt, quae a ui motrice accipiebantur: nam ſi uis magna erat, magna exercitatio; ſin parua, parua; ſin mediocris, mediocris appellabatur. Porro a qualitatibus ita differẽtias a Galeno captas in- 2. de tue. ual. c. 8. &

C uenio, quod aut in breui tempore multum ſpatij metiebatur exer- cap. 10. citatione, ſiue breue ſpatium ſaepius in modico tempore terebatur, atque haec exercitatio celer, acuta, & velox nuncupabatur, qualis curſus, umbratilis pugna, acbrochiriſmus, luſus paruae pilae, & coryci, ἐκπλεθρίζειν, πιτυλίζειν, & quae in palaeſtris actitabantur humi circumuolutationes; aut multum temporis in breui ſpatio inſumebatur, tardaque & lenta exercitatio talis motus nominabatur, ut lenta ambulatio, uectatio in lectica; aut in mediocri tempore mediocre ſpatium, ſiue breue pluries mouendo peragebatur, ſicque mediocris exercitatio euadebat: praeterea magnarum alia praeter uim, celeritatem quoq. adnexam gerebat, & σφοδρὸν γυμνάσιον ideſt vehemens, robuſtaque exercitatio dicebatur, ut celeriter fodere, diſcum mittere, ſine intermiſſione ſaltare, graue telum iaculari, continuatis quam maxime ictibus, nec non graui armatu-

ra celeriter agitari; alia sine velocitate fiebat, & εὔτονον γυμνάσιον, D
idest valens exercitatio uocabatur, sicut fodere, per accliuia ambulare, quatuor equos habenis simul coercere, funem manibus apprehensam scandere, halteres, omnesque Milonis exercitationes. quod enim uehemens, & ualens exercitatio communi nomine magna diceretur, ex his intelligere licet, quae Galenus sexto popularium morborum scripta reliquit, vbi inter enumeratas exercitationes, & equitationem magnam uocauit. Similiter & paruarum alia cum aliqua uelocitate fiebat, & remissa, siue ἔκλυτος vocabatur, alia sine ulla celeritate, & ἀμυδρός, siue languida, aut imbecillis dicebatur, ex quibus duobus generibus erant uectationes in sellis, lecticis, nauibus piscatorijs & similes gestationes: alia neque vehemens, ualẽs, remissa, languida, sed harum omnium media erat, mediaque, & mediocris appellabatur, quales moderatae equitationes, & moderatae ambulationes. Repetentes igitur has, & tot fuisse exercitationum differentias dicimus, praeuiam, apotherapeuticam, & simplicem; simplicium alia sub dio agebatur, alia sub tecto, alia in mixta umbra, alia in loco frigido, alia in calido, alia in humido, alia in sicco, alia in horum medio, praeterea aut erat perpetua, assiduaque, & uel aequalis, uel inaequalis, aut intermissa, & uel inordinata, uel ordinata, aut cum puluere multo, uel exiguo, aut sine puluere, aut cum oleo modico, uel multo, aut sine oleo, aut multa, aut minor, aut mediocris, aut uelox, celer, & acuta, aut tarda, & lenta, aut mediocris, aut magna, & siue uehemens, robustaque, siue ualens, aut parua, & uel remisa, uel languida, & imbecillis, aut media. Supersunt modo dubitationes duae soluendae ex dictis nostris subortae, prima est, quod exercitationum differentias partientes aliam uehementem, aliam remissam, & paruam effecimus, cum tamen Galenus apertissime scriptum reliquerit, non omnem motum esse exercitationem, sed uehementiorem. Secunda est, quod inter ceteras exercitationes fodere collocauimus, quem laborem Galenus non exercitationem simpliciter, sed exercitationem simul, & opus esse iudicauit. Primae dubitationi facile respondetur, exercitationem communiter acceptam a nobis in tot differentias fuisse partitam, Galenum uero non hanc motum uehementem esse definiuisse, sed potius exercitationem proprie uocatam; & propterea nullo modo sententia nostra illius sententiae repugnare uidetur. sed si quis adhuc a nobis sciscitaretur, numquid exercitatio propria ullas differentias habeat paruitatis, magnitudinis, & huiuscemodi, huic ita satisfactum iri volumus, exercitationẽ propriam,

[Margin: con. 1. aph. 6.]

[Margin: 2. de tue. ua. c. 2. & 2. aph. con. 16.]

E F

quam-

A quamquam ex ſe uehemens motus ſemper exſiſtat, nihilominus alteram alteri, atque etiam ſibi comparatam, modo paruam, modo magnam, modo debilem, modo robuſtam nuncupari. Nam luſus pilae magnae, & lucta ſunt proprie exercitationes, quae ſi alias remiſſius, alias intenſius ab eodem agantur, nunc magnae, & intenſae, nunc paruae, & remiſſae vocabuntur: pariter hae eaedem exercitationes iuueni non admodum ualido magnae, & uehementes erunt, ſi laborioſe fiant, at in robuſto athleta reſpectu habito paruae & remiſsae apparebunt. Pro ſecundae dubitationis ſolutione dicimus, proprium rerum characterem ut plurimum a finibus donari, & proinde eaſdem res, prout uarijs finibus aguntur, uarios characteres, uariaq. nomina obtinere: ſi enim temperaturas corporum humanorum gratia tantum ſciendi quis contempletur, ſciens, &
B philoſophus naturalis uocabitur; ſin gratia eas uel conſeruandi, vel corrigendi ſpeculetur, & artificis, & medici nomine erit dignus. Idem plane dicendum eſt de foſſione, cuius finis ſi ſit terrae cultura, & fructus perceptio, opus proculdubio, & labor ipſa uocanda erit; ſed ſi finis dumtaxat exſiſtat, corpora ad ualetudinem exercere, profecto exercitatio uocari debet, quo pacto nos intelleximus, quando inter exercitationes alias fodere recenſuimus. & quod de foſſione diximus, idem quoque de ſimilibus, quae opera uidentur, intelligi debere uolumus. Nam Pittacus ille Mitylenaeorum Rex mola tundere ſolebat ἐνεργῶν (inquit Clemens Alexandrinus) γυμνασίῳ χρώμενος. 2. de tue. ual cap. 8.
Quin noſter Galenus de ſeipſo refert aliquando hyeme in agro deprehenſum eſse, dum ligna finderet, hordeumque in pila tunderet,
C & degluberet, aliaque exercendi dumtaxat corporis gratia faceret, quae opera quotidie agreſtes agere ſolent. Hoc idem Martialis poeta factitare ſe ſolitum fuiſſe, hiſce carminibus inſinuat. Lib. 4.

Rure morans quid agam, reſpondeo pauca rogatus,
Luce Deos oro, famulos poſt, arua reuiſo,
Partibus atque meis iuſtos indico labores,
Inde lego, Phoebumq. cio, muſamq. laceſſo,
Hinc oleo corpus frico; molliq. palaeſtra
Stringo libens animo gaudens, ac foenore liber
Pondero, poto, cano, ludo, lauo, coeno, quieſco,
Dum paruus lychnus modicum conſumit oliui,
Haec dat nocturnis mox lucubrata camoenis.

Vnde patet, multa alio fine opera, alio exercitationes uocari, & ob id non ignoranter foſſionem a nobis atque etiam a Galeno,

&

& Antyllo inter corporis exercitationes enumerari. Iam ad alia D
transſeamus.

De corporum morborum, & ſanitatis generibus. Cap. VI.

POSTQVAM aduerſus male de exercitationibus opinantes diſputando, neq. omnia corpora hominum exercenda, neque omnibus interdicendas exercitationes eſſe, demonſtrauimus: aequum eſt iam, quae corpora exerceri conueniat, docere. Tria enim a medicis corporum genera eſſe traduntur, aegra, neutra, & ſana; quorum tametſi multae factae ſint ſpecies, atque differentiae; nos tamen, qui aliud intendimus, ſolum has tres corporum ſpecies accipiemus, ea ſcilicet quae praeſenti valetudine fruuntur, atque operationes illaeſas habent, licet E
alioqui nec perfecte ſana, nec undequaque temperata uideantur; ea, quae infirma ſunt, ac uel iam decumbunt, uel ita operationes ſenſibiliter offenſas habent, ut nullo modo opera ſanorum obire ualeant, ea quae ueluti inter utraque haec media poſita ab auctoribus medicinae ualetudinaria nuncupantur, quaeue nec prorſus aegra, nec omnino ſana noſtris ſenſibus apparent. His itaque ſic conſtitutis tertium aliud animaduerſione dignum ſuccedit, quod tria quoque exſtant morborum genera, primum in intemperie poſitum, ſecundum in mala formatione, tertium in continuitatis ſolutione. Morbus in intemperie oritur, quando totum corpus (ſub nomine corporis intelligo, & humores, & ſpiritus, & membra ſolida) ſiue illius pars aliqua aut immoderate calefit, aut frigefit, aut humectatur, aut exſiccatur, uel ſimul frigefit, & exſiccatur, uel frigefit, F
atque humectatur, uel calefit, & humectatur, vel calefit, atq. exſiccatur. his namque omnibus totum illud morbi genus continetur, quod intemperiem uocarunt medici; quam alias ſimplicem, alias cum humorum affluxu nuncupaſſe reperiuntur, ſub appellatione ſimplicis eam intelligentes, quae ſuapte natura citra alterius affectionis ſocietatem corpus interturbat; ſub nomine uero intemperiei cum affluxu nihil aliud inſinuantes, niſi intemperiem, quae & ex ſe, & una cum affectione ab humoribus oriente, ut pote inflammatione, timoreue aliquo corporis operationes laedit, & ſanitatis ſtatum è medio tollit. Morbus in praua formatione generatur quotieſcumq. corpus, ſeu corporis pars debita figura caret, aut debita quantitate, aut iuſto numero, aut conueniente ſitu. Morbus in ſolutione continuitatis efficitur, quando pars aliqua, ſeu aliquod corporis

A poris membrum a natura unum factum diuisionem patitur, siue talis diuisio intrinsecus, siue extrinsecus proficiscatur. Tot itidem modis sanitas morbo contraria constat, nimirum quae intemperie, in optima formatione, in unitate partium, essentiam, atque consistentiam propriam obtineat. Nam de singulis istis τύπῳ ac in uniuersum sermonem habuisse sufficit, cum illi, qui haec lecturi sunt, si magis exquisitam eorum cognitionem habere optabunt, libros medicorum perscrutari queant, neque a nobis haec diligentius pertractata requirere debeant, qui alijs studentes extra propositos limites nimis diuagari non possumus: sed iam quae ex antedictis corpora exercitari, conueniant, examinari cogimur.

B

An corpora aegra ullo pacto exerceri conueniat. Cap. VII.

DVBITATVM fuit antiquissimis usque temporibus, an, sicuti corpora sana, ac ualetudinaria ad augendam, confirmandam, conseruandamque valetudinem ab exercitationibus non exiguam commoditatem capiunt, ita quoque aegra corpora aliquo pacto exerceri ualerent, quo tam ad leniendas aegritudinum molestias, quam ad recuperandam sanitatem vti liceret. Inter eos qui infirmos exerceri debere asseuerarunt, primus exstitit Petronas, deinde Prodicus, siue Herodicus, qui cursibus, & luctationibus febrientes interficiebat, ambo ab Hippocrate 6.Epid. in tali dogmate uehementer damnati. Petronam imitatus posterioribus saeculis Asclepiades, ut hominum fauorem aucuparetur, non C modo languentibus uarias exercitationes ad uoluptatem potius, quam ad sanitatem spectantes indulgebat, uerumetiam (quod elegantissime scripsit Celsus) cubantis quoque luxuriae subscribebat: ut non sine magna ratione Plinius deinde Asclepiadem iucundum curandi modum calluisse praedicauerit. Qui praeter hos simili sententiae haerere maluerunt, Aesculapium dixerunt ita uocatum: παρὰ τὸ ἀσκεῖν ἠπίως τοὺς νοσοῦντας: id est, quod aegrotos suauiter exerceret, quando prius ἤπιος uocabatur. Ex altera parte, non defuerunt, qui neminem aegrotum exercendum esse, sed cunctos in quiete contineri debere, asseruerunt. Inter hos medij Galenus, Herodotus, Antyllus, Aetius, & Auicenna, quemadmodum ab omnibus aegris non simpliciter exercitationes amoueri uoluerunt, ita nec ijs placuit, quoscumque quouis motus genere exercitari, sed & in aegris ipsi, & in exercitationibus eligendis magnam distinctionem, & curam habendam esse iusserunt, ut quod morbosum corpus,

pus, qua exercitatione, & qua quiete indigeat, ne ullas perturbationes, motionesq. ſuſtineat, optime pernoſcatur. Quocirca ſecundum iſtos corpora, quae immodica intemperie calida laborant, nullis uehementibus, remiſſisue exercitationibus accommodantur, quod calor, qui diminui debet, ab illis potius augmentum ſuſcipit, quemadmodum Galen. de Primigene ſumma caliditate laborante narrat, qui nedum, a uehementioribus exercitationibus, immo, & ab exiguis deambulationibus in porticu ante balneum factis magnopere laedebatur. unde merito condemnandus eſt Aſclepiades Pruſienſis, qui in ardentibus febribus; referente Celſo; geſtationibus utebatur, in alijs uero febribus, & morbis medicameuta, ac uomitiones tollens, inedia, ſiti, uigilia, luce primis diebus aegrotantes inſtar tortoris, excruciabat, alijs autem diebus ambulationibus, geſtationibus, balneis, lectulisque penſilibus exercebat. In his etenim Galeni, & Antylli ſententia exſtat, acuta febre laborantes ab omni motu remouendos, in longis febribus, atque morbis (quos omnes nonnulli ex antiquis medicis aliptarum officio tranſmittendos, ut refert Coelius Aurelianus, falſo crediderunt) ubi acceſſio urget, nullo pacto exercendos, at in interuallis decubitum non ſemper conferre, immo aliquando utiles eſſe motiones, exercitationesque; quod innuiſſe Hippocratem arbitror, dum in ſeptimo epidemiorum dicebat, aliquos inueniri infirmos, qui ne penitus torpeant, a lecto expellendi ſunt. quod item innuere uoluit Ariſtoteles libro moralium Nicomachiorum decimo, ubi ſcripſit febricitantibus in uniuerſum diaetam, atque inediam conferre, alicui tamen forte non ita conducere. Qui praeterea corpus aridum, ac inſigniter exſiccatum habent, ſi exerceantur, aridiores euadunt, & ideo illis quies apprime congruit, quam humectandi uim poſſidere nemo ignorat, quamque Hippocrates dum calidis naturis conuenire ſcribit, nec immodice calidas imtemperies intelligit, nec; auctore Galeno; quamlibet motus, ſed uehementioris tantum ceſſationē, ſicuti nos hic de ſiccis corporibus intelligimus, quae geſtationibus, & uectationibus aliquibus, at nō magnis motibus exerceri poſſunt, dummodo uires permittant, exercitationesq. moderatae ſint; alioqui ſicut ex moderato motu calor exſurgit, excitaturq., nec non humores paulatim euaneſcūt; pariter ex immodico calor infirmus exſtinguitur, humiditatesq. magis diffunduntur. Corpora item calida, & ſicca immoderate nullis exercitationibus aptantur, minus quoque calida, & humida, nempe quae grauiori quam cetera morbo ſubijciantur, maiориq. cura opus habeant, Frigida porro, ſimulq.

ſicca

5. de tu. va. cap. 11.

Li. 2. c. 14.

In prooe. lib. chron. paſſ.

Ca. 16.

Loc. citat.

D

E

F

A ſicca corpora uel nullis exercitationibus, uel minimis, & ualde remiſſis exerceri debent, cùm ſemper praeter morbi peculiarem afflictionem imbecilles uires habeant, Exercitationibus non ita offenduntur corpora frigida, ſicuti neq. humida. At frigida & humida aliorum omnium maxime exercitationes ſuſtinent; quod motus ex ſiccando, & calefaciendo ueluti quoddam remedium ſit, modo tamen non extra modum adhibeatur. Atque haec omnia dicta intelligantur de illis aegrotis duntaxat, qui uniuerſum corpus intemperatum habent, quoniam ſi quis in ſola corporis parte membroue, aut in pluribus intemperiem patiatur, repeririq. poſſit modus, quo partes ſanae citra aegrarum offenſionem exerceantur, proculdubio huic aegroto exercitatio magis accommodata erit; quippe quae ſanarum partium habitum bonum confirmans, infirmis etiam conſe-
B quentia quadam auxilium praeſtet. Colligentes igitur dicimus, nullum corpus intemperie quauis laborans magna, & uehementi exercitatione gaudere; ſed aliqđ reperiri, cui exercitationes exiguae, & ualde moderatae auxilium afferant interdum. quales uero exercitationes ſint illae, & qualibus in morbis, atque corporibus unaquaeque congruat, in ſequentibus libris declarabimus, ubi particulares ſingularium exercitationum facultates uberius enarrabimus. De morboſis ob malam formationem corporibus ſimili propè uia determinari debet, modo illi non a generationis principijs, ſed nuper, & caſu (ut ita dicam) ortum duxerint. Haec etenim ſiue totam corporis figuram deprauatam, ut in leucophlegmatia, ſiue partem aliquam deformatam habeant, niſi affectus alij impedientes aſſo-
C cientur, ab exercitationibus utilitatem capiunt; nempe quae & contorta dirigere, & aſpera lenire, & tumida deprimere, & depreſſa eleuare, & oppleta exinanire, & exinanita explere, & obſtructa aperire queant. Ad haec morbos in quantitate genitos non raro exercitationes tollere conſueuerunt, quandoquidem uniuerſalem corporis molem auctam nihil eſt, quod magis auferat, quam exercitationes uehementes; & ueloces ieiunis adhibitae: quas carnes, & ſuccos detrahere dixit Hippo, & poſt ipſum Galenus. hoc namq. remedio Nicomachum Smyrnaeum, qui adeo craſſitie creuerat, ut neq. podicem manibus tangere, neque corpus mouere poſſet, ab Aeſculapio curatum eſſe, mihi veriſimile videtur: ſimili modo extenuata, & gracilia corpora nihil aeque ad carnoſum, & bonum habitum reſtituit, ac tarda & lenis exercitatio, quae concoctiones omnes inſigniter adiuuans efficit, ut nutrimentum perbelle diſtribuatur: ſicque macie affecta corpora probe nutrita carnem, ac pinguedinem

Lib. de ſal. diaeta.
In 6 epid. cō. 3. aphoriſ. 2.
Galen. de dſ̄ijs morborū. c. 9.

acquirant: ita sane se multos,& toto corpore, & cruribus extenua- D
In 6.obid. com.5. tos curasse, gloriatur Galenus, sicut item Germanicum, a tenuitate crurum,equitationis beneficio,liberatum alias diximus. Corpora subinde, a morbo in numero correpta, siue is superfluus, siue mancus sit, exercitationes ex se minime recusant, & tunc praesertim, quando similis morbus haud est innatus, ueluti in lapillis renum, qui ex uehementi motu, concussioneque ab angustis renum uijs ad latiores, tandemq. ad ipsam uesicam descendentes magnas aegrotis molestias adimunt. Corpora uero aegritudine in situ laborantia,modo non ab ortu, nullum fere exercitationis genus admittunt, quod membra dum proprium locum, atque situm amiserunt, non modo reponenda sunt in propria sede, uerumetiam postquam reposita fuerunt, tandiu ab omni motus genere arcenda, quoad optime confirmata pristinum habitum repararint, alioqui si mo- E
uerentur, maiori nocumento afficerentur. quo fit, ut hac infirmitate capti maiori ex parte exercitari non debeant. Atque haec de secundo morborum genere,mala formatione scilicet laborantibus corporibus dicta sufficiant. Remanent corpora tertio genere morborum continuatis uidelicet solutione correpta, quae solutio uel in cute,uel in carne, uel in ossibus, uel in neruis,ac huiusce generis similibus contingere solet, atque modo sola, modo febribus associata; ubi corpus aliquam ex his solutionem febri associatã habet, nullo modo exerceri debet, quandoquidem, si raro febricitantibus exercitationes conueniunt, quanto minus conuenient, ubi alijs morbis turbabuntur? Quod si citra febrem sola continui solutio adsit,eaq. sit in parte nobili,atque uitae maxime necessaria, ue- F
luti cerebro,uentriculo, iecore, ac similibus, proculdubio exercitationes quaeuis maxime nocent,nempe quae, & spiritus parti affectae necessarios ualde distrahant, & humores omnes tunc agitent, quando firmos, & quietos esse conueniret, ne ob eorum affluxum morbus magis incrudesceret. Alia membra ignobiliora si patiantur continuitatis diuisionem,poterunt aegri mediocriter exerceri, modo nec insignis sit affectus,nec pars laborans exerceatur. Sunt nonnulli hac aegritudine capti, qui non paruam utilitatem a moderatis, immoderatisque exercitationibus percipiunt, quales scabiosi, quorum cutis cum ab humoribus salsis,& acutis discindatur,ex motu uehementi efficitur, ut humores illi tam per sudorem, quam per occultam transpirationem euacuentur, atque ipsis euacuatis a morbo liberentur. Quamobrem acri iudicio diligentique animaduersione in his omnibus opus est, quo optime cognoscatur in qui-

bus

Secũdo de tẽpe. 3.& 2.d tu.va.

A bus morbosis corporibus congruant exercitationes, & in quibus minus habita semper prae oculis uniuersali hac ratione, cuius ductu rarissime contingunt errata, posuntque particularia ita dirigi, ut numquam loco auxiliorum damna succedant.

De corporibus ualetudinarijs, & senilibus exercendis. Cap. IIX.



VAMVIS apud medicos (ut supra diximus) inter corpora aegra, atque sana reponantur neutra, illaq. in multiplices differentias partiantur, quia tamen parum ad nostram tractationem pertinent, eorum loco ualetudinaria statuemus, cum quibus comprehendi uolumus tum omnes il-
B los, qui recenter a morbis, ac decubitu euaserunt, nec dum perfecte antiquum habitum recuperarunt; tum senes plerosque, nempe quos Galenus eodem modo, quo ualetudinarios, curari debere praecepit; nec absque ratione, siquidem senectus, auctore Aristotele, est quidam naturalis morbus. unde, qui sunt aetate graues, eam uiuendi rationem sustinere nequeunt, quam sani perferunt. Ergo ualetudinarijs illis, qui mox a morbis euaserunt, inter cetera remedia pro integra ualetudine ipsis accōmodata praecipua est corporis exercitatio, a qua membra eorum firmantur, humorum reliquiae inaniuntur, calor excitatur, & denique totus corporis habitus restituitur. Est tamen omne studium adhibendum, ut a principio lenes, breues, tardi, ac remissi motus exsistant, deinceps, prout uires magis inualescunt, similiter, & magnitudo, ac longitudo exer-
C citationis augeatur, tandemque in mente illud ἐκ προσαγωγῆς tantopere ab Hippocrate decantatum semper habendum erit, ne ob importunum ab extremo, ad extremum transitum maiora errata committantur, & pro uirium restitutione imbecillitas maior, siue prostratio succedat. proinde merito damnandus uenit Auerroes, qui morbosa corpora quotidie exercenda esse usque ad sudoris initium, atque anhelitus eleuationem nimis libere consuluit: ita enim uehemens exercitatio tantum abest, ut ualetudinarijs, siue morbosis (quemadmodum ipse uocat) ullum effatu dignum beneficium praestet, ut potius uires adhuc debiles magis consternet, caloremque natiuum ex morbo uix reuiuiscentem fere exstinguat, aut saltem insigniter hebetet; siquidem bonus est in conualescentibus, sed exiguus (ut scribit Galenus) sanguis, atque una cum ipso spiritus uitalis, & animalis; ipsae uero particulae solidae siccio-

[Margin notes: 5. de tue. ua. c. 11. & in arte medi. c. ult. — 5. de gener. aial. cap. 4. — 6. collect. cap. 6. — In arte medic. c. vlt.]

res, & consequenter eorum uires sunt imbecilliores, atque earumdem ratione corpus vniuersum frigidius. unde ad emendandam huiuscemodi indispositionem necessaria sunt quaecumque probum atque securum exhibent alimentum; & praeter haec moderati motus, quales vehicula, ambulationes lenes; non uehementes motus, qui sicuti solidas partes arefactas sicciores reddunt, ita calorem diminuunt, & uires imbecillas consumunt. Ceterum senes, quorum aetas plurimam ob caloris defectum, excrementorum copiam coaceruat, exercitationibus magnopere gaudent, tum ad expurganda huiuscemodi recrementa, tum etiam ad conseruandum, atq. placidi cuiusdam uenti instar excitandum, accedendumue calorem, qui secus nimio torpore exstingui periclitaretur. Attamen in praescribēdis senum exercitationibus quatuor animaduerti debent, uires, corporis affectus, consuetudo, & uitia particularia, E quae plerumque senum corpora infestare solent. ratione uirium, quas senes semper imbecilliores habent, acutas exercitationes, uehementes, & multas, quae corpus siccant, extenuant, & infirmant, maximopere cauere debent, sequi vero mitiores, quales sunt gestatio, ac intra lassitudinem inambulatio. Prodicus enim qui ualetudi-
1. Rhe.c.5 nis studiosissimus exstitit, & ob id (Aristotele auctore) ea omnia, quibus ceteri cum voluptate utuntur, recusauit, iam ingrauescente aetate (ut refert Plato in Phaedro) Athenis ad Megarae moenia ibat, indeque domum reuertebatur. quae exercitationis mensura haudquaquam omnibus senibus accommodari posset, cum Plato ipse eum, & sibi, & alijs nimio exercendi studio molestiam peperisse dicat. Antiochus pariter medicus, annos natus plusquam octoginta, quotidie fere, ut scribit Galenus, domo ad forum stadiorum F trium spatio, atque interim ad uisendos aegrotos pedibus ambulare solebat. quod si ei longius ire necesse erat, sella, aut uehiculo utebatur. Ad haec narrat Plinius secundus, Spurinam uirum in uiuendo maxime prouidum, quique, aurium, & oculorum uigore integro, nec non agili ac viuido corpore, septuagesimum septimum annum attigit, hanc regulam constantissime seruasse, ut mane lectulo contineretur, hora secūda indueretur, ambularetque millia passuum tria, mox legeret, uel colloqueretur, deinde consideret, tum uehiculum adscenderet, peractisq. ita septem millibus passuum iterum ambularet mille, iterum resideret, uel se cubiculo, aut stylo redderet; ubi hora balinei nunciata foret, quae erat hyeme nona, aestate octaua, in Sole, si caruisset uento, ambularet nudus, deinde pila moueretur, uehementer, & diu postmodum lotus accumberet,

&

A & paulisper cibum differret. Ob totius corporis affectum exercitationes senum in hunc modum determinari debent, quoniam corpus optimi status, sicut in iuuentute ad vehementissimos quosque labores idoneum maxime est, ita in senecta se habet ad omnes mediocres, qui uero senes aut crassis sunt cruribus, aut lato pectore, aut cruribus, ultra quod par est, gracilibus, aut quorum corpus exiguo est thorace, aut admodum angusto, aut valgum est, uarumue, aut alio quouis pacto a mediocritate recedens, id ad eas omnes exercitationes ineptum redditur, quae uitiosa membra magis offendere, quam iuuare possunt, ut vociferatio thoracem, ambulatio crura, & similiter. Iam vero consuetudo maximam sibi uendicat partem ad exercitationis speciem deligendam, quando Hippocrates dixit, eos, qui soliti sunt labores ferre, etsi fuerint imbecilles, uel
B senes, non consuetis, fortibus, atque iuuenibus solitos facilius ferre. nam sicuti consueta minime lassant, quos exercent, immo etiam delectant, pariter insueta tum molestiam adferunt, tum lassant. Senes igitur omnes consuetis laboribus exercitari debent, sed tamen uehementia eorum remissa, quia, si corpora senilia vigorem, calorem, robur, & omnia denique diminuta habent, iuuentutis respectu exercitationes quoque minores requirere, rationi consentaneum est. Vltimo uitia corporum senilium propria exercitationum ipsis nequaquam conuenientium genus demonstrabunt. quae enim ex leui caussa, a vertigine, comitiali morbo, graui ophthalmia, auditus imbecillitate capiuntur, exercitationes caput offendentes euitare necesse est: similiter & in omnibus alijs affectibus, non solum senes, uerum & cuiusq. aetatis homines ita se gere-
C re debent, vt ijs exercitationibus sedulo abstineant, quae patientes partes magis exercere, & perturbare natae sunt. Sic itaq. de valetudinarijs, ac senilibus corporibus exercendis statuendum erit.

De corporibus sanis exercendis. Cap. IX.



VICVMQVE corporis exercitationes sanitati inutiles minime reputarunt, in sanis eas prae ceteris cômendandas esse dixerunt, tamquam necessarium prope existat, si exercitationes ad bonum habitum comparandum, atque ualetudinem conseruandam non ignobile auxilium praestant, ut in sanis maxime adiumentum ostendere possint. Hoc tamen uerum est, antiquos medicos multas sanorum corporum differentias effecisse, inter quas primum locum obtinet cor-

pus illud perfecta sanitate praeditum, quod mensura, & regula ceteris positum fuit, potiusque mente designari, quam in ulla regione re ipsa inueniri potest: etsi Galenus multa corpora temperata in sua regione inueniri memoriae prodiderit. De tali namque corpore nullibi exsistente sermonem non sum habiturus, sed de illis tantum agam, quae ita praesente sanitate fruuntur, ut valeant sine vlla molestia cunctas illas actiones obire, quae communiter ab omnibus exercentur. cum enim medicus artifex sensilium rerum exsistat, quae sensui sese produnt, & non quae sola cogitatione comprehenduntur, tractare debet. Haec itaque corpora sana, quoniam quotidie comedunt, atque nutriuntur, necessario multa excrementa generant, quae nisi continuo a corpore per exercitationes educantur, tandem prauas dispositiones ingenerant: unde prudenter scripsit Galenus, hominem, si vtatur mediocri exercitatione, & bene concoquat, corpus a superfluitatibus mundum reddere. Verum enim vero in sanis quoque plurima consideratione digna sese offerunt, tam ex parte exercitationum, quam ex parte exercitandorum. Ex parte exercitationum sciri debet, nullam exercitationem, nec violentam, neque immodicam esse debere, ut in libro περὶ μικρᾶς σφαίρας adnotauit Galen. & propterea exercitationes fossorum, & messorum nemini fere eorum conueniunt, qui prospera valetudine fruuntur; celeres motus, & vehementes in robustis commendantur, qualis lucta, discus, pila, & huiuscemodi, eo magis si consueti fuerint; moderati omnes quibus vis fere aptantur. Porrò ex parte corporum exercitandorum his mentem adhiberi oportet, consuetudini, aetati, habitui vniuersali corporis, particulari rationi uiuendi, necnon temperaturae. De consuetudine saepius diximus etiam in omnibus obseruari debere, siquidem quae consuetae sunt exercitationes, licet sint aut nimis vehementes, aut nimis remissae, inassuetis maiorem utilitatem, atque delectationem pariunt; at si quis vel minus, uel plus quam consueuit, interdum exerceatur, protinus molestia euidenter afficitur, ita ut non raro febres hac ratione contingere, scripserit Galenus, dum exercitationes consuetae dimittuntur. Quod vero ad aetatem pertinet, iam diximus, prouectos, & senes remissiores quam ceteros, & pauciores exercitationes poscere; pueri, iuuenes, atque uiri motibus fere omnibus pro sua quisque aetate sufficiunt, modo aliud quid non prohibeat, aut modum corporibus priuatorum, & non athletarum conuenientem minime exercitationes transcendant. Iuuenes enim (dicebat Hippocrates, siue Polybus in primo de morbis) si plus consueto labo-

[Margin notes: 2. de tuen. ual. cap. 7. — 6. aph. 28. — li. de caus. sis mor. c. 21. & d̄ rijs feb. c. 2.]

[Margin letters: D, E, F]

rent,

A rent, conuulsionibus fortibus, & rupturis uarijs carnium, uenarumque statim, & magis, quam senes tentantur; quod corpus robustum, & siccum habent, carnem densam, ualidam, ossibus tenaciter adhaerentem, cui circundata cutis ualde tenditur. quae omnia minus senibus insunt, & propterea illi rarius huiuscemodi malis capiũtur. De uniuersali autem corporis habitu sic determinandum censeo, quod pingues, & obesi, quanto magis exerceantur, tanto prosperiore sanitate utuntur, quando dicebat Aristoteles, motu pinguedinem eliquari; quod si etiam exercitationes sint uehementes, atque acutae, nihil omnino nocebunt. Nam Hippocrates corpulentorum itinera uelocia debere esse uoluit; quin etiam Galenus inter cetera, quae ad extenuandum uirum illum obesum quadraginta annos natum administrauit, se cursum uelocem adhibuisse testatur. Contra Graciles in consummata fere quiete detineri postulant, quia sicuti corpulenti, & crassi contrarias habitudines ex contrarijs ortas habent, ita contraria pro ipsorum salute exposcere uidentur, alioqui magnopere laeduntur; sique aliqui sunt, quibus exercitatio prodesse iudicetur, ij proculdubio pauca, & ualde remissa opus habent. unde sapientissimus Hippocrates summa ratione iussit, ut graciles iter facturi lentis passibus incedãt, quos item Mangones, & Medici crassesacere uolentes, uirgis uerberabant, ut caro eleuaretur, & ad eam alimentum traheretur. Qui uero inter pingues, & graciles, uel εὔσαρκοι, siue quadrati, uel parum ad alteram partem declinantes existũt, si mediocriter, aut etiam uehementer, modo non immodice exerceantur, utilitatem insignem percipiunt; nimirum cum eorum calor ita magis conseruetur, superfluitatesque quotidianae exhauriantur.

3. de parti. bus aialiũ ca. 9.

14. Meth. ca. 15.

lib. de sal. diaeta. 10. aph.

1. de tu ua.

de sal. diaeta. aph. 10.

C De particulari membrorum habitu idẽ dicendum, crassas, scilicet partes magis exercendas, tenues minus, nisi earum tenuitas ex nutrimenti distributione impedita, uel defectu proficiscatur: quo in casu, & exercitatio conuenit, & genus illud unguenti, etiam pilis auellendis a medicis excogitatum, Dropax uocatum, de quo Martialis lib. 3.

Psilothro faciemque leuas, & dropace caluam.
Nunquid tonsorem Gargiliane times? & lib. 2.
Laeuis dropace tu quotidiano,
Hirsutis ego cruribus, genisq.

Pariter, & partes omnes corporis mediae inter graciles, & crassas exercendae sunt. In ratione uiuendi hoc insuper animaduerti debet, ut qui parum comedunt, parum exerceantur, iuxta Hippocratis legem, ubi fames laborandum non est; qui item uigilant, ab

exercitationibus arcendi, ne magis exſiccentur, neue moleſtiae moleſtia maior ſuperaddatur, contra qui multum comedunt, multum exerceri debent, quoniam dicebat Hippocrates, non poteſt homo comedens ſanus uiuere, niſi laboret: in talibus enim opus eſt multo calore, ut multum concoquant, multus calor ab exercitatione, dicebat Galenus, facile ſuppeditatur, praeterea multum manducantes magnam excrementorum copiam aggenerant, quae niſi magnis, & multis laboribus diminuatur, in prauas diſpoſitiones corpus deducunt. qui ſimiliter multum, & profunde dormiunt, multis quoque exercitationibus indigent, quandoquidem in iſtis perſpirationes retinentur, atque adeo ſanguinis copia partes exteriores deſerit, ſubitque interiora, ut adacto cultello non aeque effluere ualeat, quemadmodum ſcribit Ariſtoteles, & ob id ſomnolenti omnes decolorati euadunt, unde hos ſatis exercitari neceſſe eſt, quo perſpirationibus aditus pateſiat, ſanguiſue ad exteriora ſeruanda atque nutrienda reuocetur. Demum ob temperaturae rationem ſic de exercitationibus iudicium ferendum credo, ut ſicci uel nihil omnino, uel lente ſatis, & minimum laborioſe exerceantur. nam exercitationes, quas ſuapte natura exſiccare conſtat, ſi in ſiccis corporibus adhibeantur, quin intemperiem augeant, nemo ſanae mentis dubitarit. Calidi quoque, & praeſertim acri, ac mordaci calore praediti exercitationes modicas requirunt, ne a motu plus aequo incaleſcant, ipſiſque, ut ſcribit Galenus ſolae in neceſſarijs actionibus obeundis motiones factae ſufficiunt. Vnde Ariſtoteles, quaerens, cur alij ſedendo pingueſiant, alij macreſcant, ideo euenire dicit, quoniam alij frigidi ſunt, alij calidi, alij excrementoſi, alij non; & qui calidi ſunt, pingueſiunt ſedendo, cum eorum calor ſine motu cibi concoctioni ſufficiat; ſimiliter, & non excrementoſi. Qui uero excrementis abundant, & frigida temperie ſunt, macreſcunt ſedendo, quoniam a quiete eorum calor quaſi torpeſcit; & ob id minus concoquit; pariter & excrementa non expelluntur, immo creſcunt. De calidis huiuſcemodi Hippocrates ſermonem habuit, quando dixit: Εν θέρμῳ φύσει ψῦξις, ποτὸν ὕδωρ ἐλλινύειν, uidelicet, quod calidis naturis refrigeratio aquae potus, & quies conueniunt; ſimiliter & cum ſcripſit: ὁκόσους δὲ δίψαι λαμβάνουσιν, τουτέοισι τῶν τε σιτίων, καὶ τῶν ταλαιπωριῶν ἀφαιρέειν, ijs ſcilicet minuendum eſſe, & laborem, & cibum, quos ob calorem infeſtat ſitis. Ex quo ſimul clarum efficitur, frigida corpora uehementer atque multum exercenda eſſe. Porro an humida ab exercitationibus iuuamen percipiant, non immerito dubitari poſſet; eo quod Ariſtoteles ſcri-

Marginal notes: 2. đ tu. va. — 3. đ hiſto. aĩaliũ. c 19 — 4. Aph. 13 6. epid. cõ. 4. aph. 15. — 6. partic. Prob. 1. — 6. Epid. ſect. 4. — 5. partic. prob. 9. — D — E — F

A ſcriptum reliquit, corpora humida a labore ſuffocari, quia a caliditate motus humidum in uapores conuertitur, qui mox copioſi, & feruidi effecti calorem natiuum ſuffocant: attamen ratio ſecus perſuadere ui detur, quae demonſtrat humida corpora excrementis abundare, & propterea ipſis labores ualidos congruere, tum ad exuberantem humiditatem conſumendam, tum ad ſuperfluitatum copiam adimendam. Quapropter, ſicuti notat Petrus Apponenſis, ſententiam Ariſtotelis de illis intelligere oportet, in quibus quatuor concurrunt, ut ſint humidi, & calidi, ut humiditas ſit multa, euaporabilis, atque circa pulmonem: tales enim ſi laborent, & multum exercentur, periculum eſt, ne humiditas a calore intrinſeco acuto in uapores conuerſa pulmonis, & cordis regionem occupando ſuffocationem inducat. Qui ab his humidam corporis tempe-

B riem poſſident, nullum nocumentum, quinimmo egregiam utilitatem ab exercitationibus, & laboribus percipiunt; atq. hac ratione ex mulieribus humida temperie in uniuerſum praeditis illae ſaniorem, & minus moleſtam uitam degunt, quae diutius, & ualentius elaborant, & exercentur, ſicut & eaedem apud quas gentes, & in quibus locis laborare conſueuerunt, facilius pariunt, ut ſcribit Ariſtoteles; neque uterum difficulter gerunt, cum labor ea recrementa conſumat, quae in mulieribus otioſis, & ſellularijs augentur. 4. de gen. aialiū. c. 6
Quaecunque uero corpora calida ſimul, & ſicca ſunt, nullo pacto exerceri conuenit; quae calida, & humida, exercitationem admittunt, at moderatam, non uehementem, non citatam: frigida, & ſicca ratione frigiditatis exercenda ſunt, ratione autem ſiccitatis ne-

C que celeres, neque ualidos motus requirent, ſed moderatos, & potius lentos: frigida atque humida omnium maxime ab exercitationibus uehementibus, & uelocibus iuuantur, quippe quae ſuperuacaneam humiditatem abſumunt, & calorem natiuum excitant, augentque. Sic igitur de corporibus exercendis in uniuerſum determinatum ſit.

De locis In quibus exercitationes fieri debent. Cap. X.

TANTA eſt locorum uis, atque proprietas, quibus res in ipſis factae uarijs modis diſponuntur, ut non modo plantarum naturae, ſicuti Theophraſtus ſcribit, non modo brutorum facultates, quemadmodum auctor eſt Ariſtoteles, uerum & ipſorum hominum corpora, atque animi, ſecundum Hippocratis, & Platonis ſententiam, prout in diuerſis locis uel na-

ſcuntur,

ſcuntur,vel aluntur,diuerſis, atque mirificis condicionibus afficiantur. Quapropter maximis laudibus digni ſunt ueteres medici, qui in ſingulis fere eorum artis operationibus:locorum qualitates conſiderandas omni diligentia praeceperunt. Nam extant loca, atque regiones, in quibus, ſi ea fiant, quae in alijs feliciter aguntur, contrarium prope finem conſequuntur: id quod prae ceteris illi quoque magnopere ſpectare debent, qui vel ſanitatis tuendae, uel boni corporis habitus acquirendi gratia, propria, atq. etiam aliorum corpora exercere uolunt: qui niſi in eligendis opportunis locis ualde mentem adhibeant, ſaepenumero dum iuuare credunt, non contemnenda damna, neque negligendas affectiones incurrunt. Circa itaq. loci ad exercendum electionem tria praecipue magna conſideratione digna occurrunt; Primum eſt,ut ſit ab optimis uentis perſpiratus,& a prauis obtectus:unde loca ad ſeptemtrionem, & orientem, a quibus ſalubriores aurae perflant, poſita occidentalibus, & meridionalibus continuo praeferenda erunt: illa enim neque immodico calore feruefcunt, neque frigore, & humore ſitus contrahunt,nec perniciofis uaporationibus,a flatibus adductis, inficiuntur;haec uero praeter aeſtum,& frigus intenſum, quae modo uno tempore, modo altero inducuntur, inſalubeirimas peſpirationes uentorum ratione plerumque patiuntur. quod ſi loca haberi poterunt, quae uentorum tranquillitate fruantur, quaeque prorſus temperata ſint,qualem & Hippocratis,& ſuam patriam exſtitiſſe refert Galenus, proculdubio haec cunctis praeſtabunt:alioqui maxime curandum erit, ne uehementiſſime ſaltem ibi uenti ſpirent, quod corpora ſeſe exercentium a motu,atque calore aperta facillime uentorum incurſus ad interiora admittunt,atque ſic poſtea pernicioſos affectus ingenti periculo concipiunt. Atque hac ratione a uentis, & optimo caeli ſitu deſumpta factum puto, ut alij hyemales, alij aeſtiuas thermas exſtruxerint:nam hyemales in tranſtyberina regione Aurelianum Caeſ. feciſſe, auctor eſt Vopiſcus, quae ad meridiem expoſitae ſolis radijs attẽperabantur,& proinde hyemalibus exercitationib. ualde accommodatae erant. Aeſtiuas uero aedificaſſe Gordianum Iuniorem, ſcribit Iulius Capitolinus, quae inter Coelium montem, & Eſquilias poſitae opacitatem quandam blandam,& gratiſſimas umbras exercentibus ſe praebebant. Secundum in electione loci conſiderandum eſt, ut ſit apertus, non concluſus,non opacus,quoniam,ubi liberior exſiſtit aer,minusque conſtipatus, corpora in ipſo exercitata agiliora, & uiuidiora redduntur, quam ſi in craſſo, denſo,& concluſo exercerentur. Atque hinc

(margin: D, E, F; 2. de tu ua. cap. 7.)

eſt,

A est, quod (ut libro 2. diximus) inter loca deambulationibus destinata, Vitruuius, & Cornelius Cel. magis hypethron commēdarunt, quam porticus, & hypogaeum, sicut, & Phaedrus apud Platonem in dialogo ipsius nomine inscripto ex sententia Acumeni medici, cuius etiam a Xenophonte celebris fit mentio, deambulationem, extra ciuitatem factam ei, quae in ciuitatibus efficitur, praetulit hisce verbis: τῷ δὲ ἐμῷ καὶ σῷ πειθόμενος Ἀκουμενῷ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦμαι τοὺς περιπάτους, φησὶ γὰρ ἀκοπωτέρους τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, idest, Meo autem, & tuo obediens sodali Acumeno, in vijs ambulationes facio: has enim dixit minorem lassitudinem parere, quam illas quae in cursibus aguntur. De hoc enim Platonis loco cum supra promiserimus, nos plura dicturos, iam occasio pollicita seruandi opportuna sese offert, eos magis quod Marsilius Ficinus, uir alioqui doctissi- lib. de dic. fac. Socrati.

B mus, dum Phaedri sententiam esse credidit, ut faciliores sint ambulationes, quam cursus, duplicem errorem turpiter commisit; tum quia textus Graeci litteram, aut non intellexit, aut sine necessitate transmutauit, dum loco τῶν ἐν τοῖς δρόμοις, perinde transtulit, ac si textus habuisset τῶν δρόμων, tum quia Phaedro, & Acumeno ridiculam prope rem se adscripsisse non animaduertit: quis quaeso adeo insulsus, & ignarus est, quin cognoscat ambulare facilius esse, quam currere? Melius igitur Ianus Cornarius, qui nuper Platonem Latinum fecit, sententiam illam interpretatus est, cum Phaedrum fecerit dicentem salubriores esse ambulationes in uijs, quam in cursibus factas. quod ut accipiendum, atque intelligendum sit, uarias inueni doctorum hominum opiniones; alij namque arbitrati sunt, δρόμους siue cursus apud veteres Graecos fuisse

C in urbib. uias planas, sed ob lapides stratos asperiusculas, & breues ita appellatas ob frequentiam hominum per eas ambulantium; eo pacto, quo etiam hodierna die apud multos ciuitatum uiae magis frequentatae Cursus nuncupantur. cui sententiae opitulari uidetur Hippocrates 5. Epid. ubi mentionem cuiusdam facit, qui propè cursum habitabat his verbis: ὁ παρὰ τὸν δρόμον οἰκέων, τῆς νυκτὸς αἷμα ἐμέσας, idest, quidē prope cursum habitans nocte sanguinem euomuit, ὁδοὺς uero siue uias dixerunt fuisse quascunque uias extra ciuitatem nulla arte fabricatas, nullis legibus stratas, sed inaequales, minime planas, & deniq. tales, quales uel natura, uel casu factae reperiūtur: atque ideo Acumenum magis ambulationem in uijs, quam in cursibus probasse: quoniam sicuti secundum Celsum, & ipso antiquiorem Aristotelem fortasse Acumenum in hoc secutum, τῶν περιπάτων οἱ κατὰ τὰς ὁδοὺς ἀκοπώτεροί εἰσιν οἱ ἀνώμαλοι τῶν εὐθειῶν. idest lib. 1. ca. 2. 5. partic. Prob. 1. 37

ambu-

ambulationum illae minus delassant, quae fiunt in uijs inaequali- D
bus, quam rectis, cum ambulantes per loca plana, & aequalia semper ijsdem membris laborent, ambulantes uero per inaequalia toti corpori laborem magis distribuant, & iccirco minus defatigentur; ita ambulationes per uias factae, ut pote inaequales factis in cursibus nimirum aequalibus exsistentibus faciliores eadem ratione exsistunt. Alij dixerunt τοὺς δρόμους exstitisse loca quaedam tractu breui ambulationibus dicata, similia ijs, quae in palaestra antiqui ob ambulandi commoditatem aedificabãt, quaeque ἐπιδρομίδας uocatas tradit Vitruuius, & quorum clarissimam mentionem fecit Eupolis, apud Laertium in Platone, ἐν εὐσκίοις δρόμοισι Ἀκαδήμου θεοῦ, idest, in ambulacris Academi Dei umbrosis. uias uero exstitisse illas, quas paullo ante ex praedictorum opinione indicauimus, & ob id Acumenum recte sensisse, dum ambulationes in E
vijs minus, quam in cursibus defatigare censuit; quandoquidem
5. partic. Prob. 1. Aristoteles scriptum reliquit, eos ambulando magis defatigari, qui per uias breues euntes saepe, ac saepius repetere coguntur, quam illi, qui longas uias perambulantes numquam repetunt, cum illi priores modo quiescentes, modo euntes ab inaequali motione perturbentur, quod minus istis euenire perspicuum est. Hos postremos melius ceteris sensisse, semper ego putaui, non tam quod ambulatio in uijs peracta eligibilior sit, quam in cursibus, tum ob rationes praedictas, tum ob liberiorem, & puriorem aerem, qui non in locis breuibus, & occlusis, sed in vijs apertis crebrius infunditur: quam quod cursum ita Platonem in Phaedro intelligere, uerisimilius est, quando & in principio Theaeteti simili uoce in eadem prorsus significatione uti uidetur sub his verbis: ἄρτι γὰρ ἐν F
τῷ ἔξω δρόμῳ ἠλείφοντο ἑταῖροί τε τινες οὗτοι αὐτοῦ, καὶ αὐτός, νῦν δέ μοι δοκοῦσιν ἀλειψάμενοι δεῦρο ἰέναι. idest, nuper enim & ipse, & isti eius sodales in exteriori cursu uncti sunt. Nunc autem uncti huc accedere mihi uidentur: quod idem innuisse uidetur Antyllus apud Oribasium. Atque hactenus de Platonis loci explicatione. Tertium circa capienda loca illis considerandum, qui ob sanitatem conseruandam, atque optimum habitum comparandum corporis exercitationibus operam nauant, est, ut omne studium adhibeatur, ne a finitimis regionibus ad exercitationis locum ulla labes emanare ualeat, quae aerem inficiens mox corpora exercitata spongiae instar quiduis recipientia labefactet: talia namque solent esse loca prope paludes, stagna, specus, lacus, syros, atque huiusmodi, quae sedula, & ingenti cura semper euitare oportet. Eadem ratione

A tione,& loca secundum mare ad meridiem,aut occidentē spectantia fugienda erunt, quoniam, Vitruuio auctore, caelum meridianum per aestatem sole exoriente calescit, meridie ardet,unde exercitari sine magno incommodo nemo ibi potest. Quod si superbissimae,atque innumerae illae porticus ob deambulationes, & alias exercitationes, ut supra retulimus, erectae, si amplissima illa gymnasia ad hoc a maioribus nostris magnifice exaedificata haberentur, nullus profecto locus aptior inueniri posset, qui omnibus ferè exercitationum generibus magis sufficeret: sed, quoniam illorum ruinas uix nobis intueri licet, danda opera erit, ut unusquisq. locum secundum condiciones iam explicatas eligat, illud semper mente reuoluens, tametsi multae sint exercitationes, quae loca angusta, & occlusa exposcere uidentur, in ijs tamen haud parum B delectum quoque haberi debere: ut, si non omnes qualitates, aliquas saltem earum, & meliores ex ijs, quas in medium proposuimus, habeant. Quamobrem scitissime consuluit Galenus, ut domus, in qua exercitandi sunt homines, hyeme calida, aestate frigida, uel semper temperata eligatur; sin minus, procuretur, ne ipso praesertim die calidior, frigidiorue sit, quam publicus totius urbis aer. Quas omnes praedictas conditiones uno uerbo complexus esse uidetur Aetius Amidenus, ubi gestationem, nauigationem, & omnem denique exercitationem in salubri loco, & puro aere fieri debere scripsit. Aliae similiter possent indicari locorum condiciones, nempe inaequalitas situs, planities, & huiusmodi: sed,quia partim explicatae fuerunt, partim superuacaneae sunt,plurimae sub praedictis comprehenduntur, huic tractationi de loco fi- C nem imponens temporis explicationem aggrediar,ubi prius adnotauero, cogi interdum homines sese in loco a sole percusso exercere, qui magnopere cauere debent, ne unquam sedeant, uel quiescant, siquidem Aristoteles scriptum reliquit, se exercentes sub sole magis uri dum sedent, quam dum mouentur; quoniam cum in motu sunt aerem agitant, quasique spiritu uentilantur; cum uero sedent, quia aer immotus permanet, uim solis acriorem experiuntur.

lib. 1.c.4. — 2. de tue. ual.cap.7. — lib. 3.c.7. — 38. partic. prob. 6.

De tempore exercitationibus apto. Cap. XI.

D



Vo ſunt temporis genera naturalia, ita ab auctoribus medicinae appellata, ſine quorum obſeruatione non modo res ad ſanitatem pertinentes, uerum etiam actiones, atque operationes hominum omnes male infeliciterque peraguntur: alterum eſt vniuerſale, ſub quo ver, aeſtas, autumnus, & hyems comprehenduntur: alterum particulare, quod ſingulorum dierum horas ſeparatim complectitur. Dixi naturalia, ad differentiam accidentalium, ſiue contingentium, quae non ita perpetuo, & firmo ordine eueniunt, ſicut illa: nam tempus auſtrale, aquilonare, boreale, nimis frigidum, calidum, aut ſiccum, nubilum, ſerenum, lucidum, nebuloſum ſunt differentiae accidentales inordinate, atque contingenter euenientes: de quibus in exercitandis corporibus in hunc modum breuiter ſtatuendum erit, uidelicet ſingulas illas temporum conſtitutiones euitandas eſſe, in quibus uehementiſſime uenti perſpirant, praeſertim quando peſſimi ſunt, ut auſtrales, & aquilonares plurimi, a quibus corpora motu rarefacta, & infirmata ualde laeduntur. ſimiliter quoque fugienda ſunt tempora nimis frigida, nimis calida, nimis ſicca. Nimium enim frigus, cum a calore exercitatorum ſuperari nequeat, fortius eos afficit; quia, auctore Ariſtotele, pingue, a laboribus conſumptum, calorem, & teporem ſeruare non poteſt. amplius corpora motu perſpiratiora, & ſolutiora effecta, meatuſque per ſudationem patefacti frigus intima maiore ui penetrare permittunt. accedit etiam quod ſeſe exercentes aerem continuo permutant, ac permouent, & iccirco, uti dicebat Ariſtoteles, currentes hyeme, magis rigent ſtantibus. quod aer noſtra ambiens corpora, cum ſtamus, ubi ſemel concalefactus eſt, nullā amplius moleſtiam infert; cum autem currimus, alius atque alius ſubinde frigidus occurrit, itaque fit, ut magis rigeamus. Pariter qui in extremis frigoribus exercentur, uehementius a rigore percutiuntur: nimius praeterea calor exerceri uetat, necnon ſiccitas immodica, quoniam alter calorem natiuum, & vniuerſum corpus immoderate reſoluit, altera magis, quam par ſit, humiditates exſiccat. Tempus item exercitationibus ſerenum, atque lucidum eligendum erit, fugiendum uero nubilum, obſcurum, craſſum; quando ſic aer deprauatus etiam abſque exercitatione apertos corporis meatus facile, ſubit, humoreſque ſecum inuehens membris non ſine noxa affigit, & per conſequens grauiora non ſine ratione corpora reddit, animumque deinceps

(margin: E)

(margin: 6. partic. prob. 6.)

(margin: 6. partic. prob. 12.)

(margin: F)

A inceps grauat; quod in sereno nusquam animaduertitur, quin potius ab illo corpora ad motum adiuuari, spiritusq. suapte natura luciditati amicos confirmari; & animum recreari perspicuum est. id quod Hippocratem significasse puto, ubi dixit, ἅμα ταῖς ὥραισιν μεταβάλλονται κοιλίαι, καὶ τὰ πνεύματα, uentres scilicet, & spiritus temporis constitutionibus commutari. Porro de naturalibus temporis exercendi generibus uaria ab antiquis determinata inuenio, & primo, quantum attinet ad uniuersale tempus, Aristoteles ex sententia omnium ueterum auctorum censuit potius exercenda esse humana corpora in aestate, quam in hyeme, sub nomine hyemis, ut Petrus Apponensis iudicauit, autumnum hyemem, & uer intelligens. Atque ad hoc credendum ea ratione permotus fuit, quod in aestate calor naturalis languidus, ac debilis exsistens minus cibos, crudosque humores concoquit: unde excrementa plura generantur, & ob id exercitatione calor natiuus magis excitandus, ut concoquat honestius, magisque sudor motu proliciendus, quo excrementa illa exinanianiantur, neq. intus retenta putredinem contrahant. In hyeme uero, quod ualidiore exsistente natiuo calore, & per consequens melius cibos, & incoctos humores conficiente excrementa paucissima generantur, atque inde minus illa educi necessarium est, neque exercitatio conuenit, quae exiguam utilitatem afferens periculum magnum adnexum habet, ne scilicet aer hyeme madore oppletus corpora motu reclusa illabens magnopere laedat. Ex altera parte uetustissimus auctor Hippocrates, siue Polybus tria exercitandos homines admonitos uoluit, ut lassitudinem omni tempore cauerét, ut deambulationibus matutinis corpus exercerent, ut hyeme & frigido tempore magis ac diutius exercerentur, cessantes tamen priusquam lassitudinem, atque calorem sentirent: Hippocratem deinde secutus Soranus Ephesius, Paulus Aegineta, & alij medici multi aestate, & autumno minus; hyeme & uere plus exercendum esse maluerunt, iudicantes aestate, atq. etiam autumno corpora ab ambiente aere satis exsiccata, squalentiaque reddita haud amplius per motum arefieri debere, neque item calorem alioqui languidum, & imbecillem magis retundendum minuendumue. Galenus uero, multarum rerum, quas medici sequuntur, auctor bonus censuisse uidetur, quod sicuti corpora temperata in temperato tempore, nempe uere, exerceri postulant, simili pacto corpora frigida in calido, calida in frigido, humida in sicco, sicca in humido exercenda sint: quasi semper illud obseruari debeat, ut corporibus ad aliquam intemperiẽ declinantibus tempus, atque locus contraria in exercendo eligantur.

lib. de aere aq. & loc.
2. partic. prob. 21. 33. & 42.
3. de dieta
In Isagoge medicinae cap. 5.
Li. 1. c. 53.
2. de tuẽ. ual. ca. 7.

.9. epist. Epist.peb. ad Fuscū. tur. Neque hoc in loco praetermittendum censeo, quod Plinius iunior scribit de exercitatione aestatis tempore a se fieri solita, ubi a Fusco interrogatus, quomodo diem aestate in Tuscis dispensaret, in hunc modum respondit de exercitationibus: ubi hora quarta uel quinta, neque enim certum dimensumq. tempus, ut dies suasit in xystum me, vel cryptoporticum confero, reliqua meditor, & dicto; Vehiculum adscendo. Ibi quoque idem quod ambulans, aut iacens. Durat intentio mutatione ipsa refecta, Paullum redormio, deinde ambulo, mox orationem Graecam, Latinamue clare, & intente non tam uocis caussa, quam stomachi lego, pariter tamen & illa firmatur: iterum ambulo, ungor, exerceor, lauor. & paullo post. Nonnumquam ex hoc ordine aliqua mutantur. nam si diu iacui, uel ambulaui, post somnum demum lectionemq. non uehiculo, sed quod breuius, quod velocius, equo gestor, uenor aliquādo. In particulari por E ro tempore exercitationis describendo Aristoteles aliquando motum eum (vt ipsi etiam imputat Plutarchus) qui post sumptum cibū fit, commendauit, eo quod tunc calor a motu auctus cibum mox ingestum facilius concoquat, cuius tamen contrarium euenit, quando per motum calor a uentriculo ad uniuersum corporis ambitum retractus non solum non adiuuat concoctionem, quinimmo impedit, crudosq. & indigestos succos intra uenas rapit. Igitur si Aristoteles hanc habuit sententiam, in manifesto errore deprehenditur, tanto magis quod Hippocrates, Galenus, & omnes denique probati medici vno ore pronūciarunt, semper exercitationem ante cibum esse faciendam ὥσπερ γὰρ, dicebat Galenus, μέγιστόν ἐστιν εἰς τὴν ὑγιείαν τὸ πρὸ τοῦ σιτεῖσθαι γυμνάσιον, οὕτως καὶ βλαβερώτατον ἐπὶ σιτοῖσιν ἡ πᾶσα κίνησις. i dest, quemadmodum enim ad sanitatem maxime conducit an F te cibum peracta exercitatio, ita quiuis motus post cibum perniciosissimus exsistit. Nam dū exercitatio cibos praecedit, duplex, ac utraque insignis succedit utilitas, altera quod calor natiuus excitat̄, augetur, & ad futuram concoctionem perbelle p̄paratur, altera quod succos vtiles in vniuersum corpus, prout destinati sunt, optime distribuit, excrementis faciliorē exitum praebet: quae alioqui si retineantur, obstructiones, ac multos alios morbos retuso natiuo calore progignere solent. Ex aduerso si post cibum quis exercitationes adeat, nedum uniuersi corporis habitui innumerae cruditates infarciunt̄, uerumetiam uniuersalis succorum coctio impeditur. id in omnibus euenire testatus est Theophrastus, ubi, quae coquūtur, a motu impediri hunc in modum scripsit, ἐπεὶ καὶ τὰ ἑψόμενα κωλύεται μὴ ἐν καιρῷ κινούμενα. Quocirca magnopere damnandi sunt Erasistratus, atq. Diocles,

Marginal notes: "Plu.in lib. de tu. san." beside "tum eum (vt ipsi etiam imputat Plutarchus)"; "Loc.cit." beside "dit, crudosq."; "lib.de cib. bo. & ma. succi." beside the Galen quotation; "2. δ ca.ph." beside "νούμενα. Quocirca".

A cles,qui falsis rationibus decepti sanguinem excreantes phthisicos, aliosq. plurimos ualetudinarios deambulationibus post cibũ exercebant.Quae tamen de motu uehementiore intelligenda puto,qđ Auicennas exiguum a cibo motũ in ventriculo melius eum accommodare, praesertim quando mox dormiendum est,docet. quod ẽt Aristotelem significasse consentaneum est,ubi scripsit ambulationẽ post caenam efficere,ne ad os uentriculi supernatent edulia.Tria tñ hoc in loco obseruanda esse iudico:primum est, ut nullus exercitationem moliatur,nisi prius excrementa per nares,os,aluum, & uesicam expulerit,cum haud tutam esse exercitationem nõ inanito corpore clament Galenus,& Auicenna, & ad haec etiam hesternus cibus apprime concoctus sit;quoniam si prius uel posterius quis exercitationem adeat,aut crudis humoribus, varijsq. recrementis implebitur,aut pallidae bilis prouentum augebit. cognoscetur autem cibum iam concoctum esse,tum ex eructationibus,tum ex urinis,quae dum albidiores sunt,abstinendum a motu demonstrant, dum uero ex albidis flauiores euaserunt, iã tempus exercendi adesse indicãt. Secundum obseruandum est,ne stomacho immodice uacuo ac plane esuriente labor,uel exercitatio obeatur:quoniam hoc pacto eueniet,ut ingestus cibus,nec dum accommodatus,cõcoctusue a stomacho rabiente, & consequenter a membris ualde famelicis auide nimis rapiatur, & ꝑinde cruditates, & obstructiones innumerae suboriantur,qđ probe intelligens Hippocrates dixit,ὅκου λιμὸς οὐ πονητέον, idest, ubi fames, laborandum non est. Tertium obseruandum est, ne statim post exercitationem cibus assumatur, sed modica interijciatur mora,quousque feruor remittitur,& agitatio corporis iam sedata appareat.id quod Spurinam senem in sanitate conseruanda diligentissimum obseruasse semper, auctor est Plinius iunior: quodq. Galenus,& ab Erasistrato, & ab alijs antiquioribus medicis confirmatum fuisse,scribit; crassi tamen,qui tenuiores fieri student, excipiendi sunt, quos Hippocrates siue Polybus anhelantes ab exercitatione cibum capere consuluit in libro de salubri diaeta. Aristoteles quoq. hoc ideo non esse faciundum censuit, quoniam corpus statim post exercitationem adhuc purgatur,a labore nondum quiescit,& praeterea excrementa citata redundant:unde nec fames tũc oritur, neque calor cibo coquendo uacare potest. ob quod minus etiam exercitati debent statim frigida lauari,aut uinum,uel aquam frigidam potare: a frigida enim lotione hominem laedi metus est, ut pote qui iam ex multa exercitatione,& rarior est redditus;& uacuus;uinum similiter caput exercitatis statim exhibitum uehementer ferit,

[Margin notes: cap.20. Coel.Aur. li.2. chro. c.13.& 14. — 2.post:c.11. — 2. de tuẽ. ua.c.2. li.1.fen.3. doc.2.c.3. — 2.Aph.16 Auic.li.1. fen.3.tra. 2 c.3. — 6.epid. 3. — 6.Epid. cõ.3.aph. 2. — partic.5. prob. 28. & 30.]

B · C (section letters in margin)

ter feris, qua ratione illud prorsus euitabant athletae post exercita- D
3. de sal. dicta. 22. tiones, si Galeno credimus: frigidum autem valde quodcũque post exercitationes illico assumptum uentrem, & iecur offendit; nonnullos item neruis oblaesos, atq. alios subito mortuos, quod post uehementem exercitationem uinum frigidum ualde biberint, refert Ga- 2. de acu- tis. lenus. De hora autem diei particulari, in qua homines sani, de quibus fere tota est tractatio, exercitationibus corporis ualetudinis gratia operam nauare debent, ita decretum apud Galenum, & Auicennam reperio, Vere meridianam horam eligendam esse, quando aeris status temperatior exsistit: Aestate matutinã, vt diei aestus, quantum fieri potest, euitetur, quam horam in deambulando commendasse simpliciter uisus est Hippocrates, quãq. semper adamasse Ale- li. 2. de die. xandrum Macedonum regem, apud Plutarchum legimus: dũ is reiectis obsoniorum artificibus longe se commodiores secum afferre, E nempe matutinam ambulationem ad condiendum prandium, & prandij tenuitatem ad condiendam caenam dictitabat: Sophocles in Electra, Pausanias, & Philostratus 6. de Apollonio testantur solitum gymnasia Graecorum, ante solis ortum aperiri, primum Cursores cõmitti, ut leuiores exercitationes, à meridie uero grauiores fieri consueuisse, ut luctam, atque pancratium. Autumno & hyeme uespertinam, nisi uel cibus mane sumptus, uel quid aliud uetat. Nam cum hisce temporibus mane aer frigidior sit, aliaeque diei breues admodum partes in negotijs necessarijs consumantur, & praeterea cibus quantũuis exiguus mane sumptus non possit, nisi uespere, concoctus esse, ea sola hora exercitationibus apta ab antiquis probata est, unde Marcus Antonius Imperator, qui valetudinis omnium fuit F 6. de tu. va. cap. 5. studiosissimus, breuissimis diebus, vt refert Galenus, sole occidente palaestram (ubi pila, cursu, & pugilatu eum se exercuisse puto, quando huiuscemodi exercitationes ipsi summopere placuisse, atq. in ijs plurimum ualuisse, scribit, Capitolinus) ingrediebatur: longissimis autem hora nona, aut ad summum decima: Quam horam una cum octaua fere communem omnium hominum in exercendis corporibus fuisse, testari videtur Martialis, vbi quomodo Romæ diei horae dispensarentur, ad Euphemum ita scribit.

Prima salutantes, atque altera continet hora;
Lib. 4. *Exercet raucos tertia caussidicos,*
In quinctam uarios extendit Roma labores,
Sexta quies lassis, septima finis erit.
Sufficit in nonam nitidis octaua palaestris,
Imperat exstructos frangere nona thoros,

Hora

A *Hora libellorum decima est Eupheme meorum,*
Praeparat ambrosias cum tua cura dapes,
Et bonus aetherio laxatur nectare Caesar,
Ingentiq. tenet pocula plena manu,
Tunc admitte iocos, gressu timet ire licenti,
Ad matutinum nostra Thalia Iouem.

quamuis alios etiam fuisse constat, qui hora ab octaua diuersa exercerentur: ut de Alexandro Seuero Imperatore prudentissimo constat, de quo scribit Lampridius. Quod si necessitas cogeret, ante „ lucem actibus operam dabat. Post actus publicos seu bellicos, seu „ ciuiles lectioni graecae uariorum auctorum operam dabat, post „ lectionem palaestrae, aut sphaeristirio, aut cursui, aut luctationi- „ bus mollioribus incumbebat, atque inde unctus lauabatur, ita ut „ caldarijs uel numquam, uel raro, piscinis semper uteretur, in eaq. „ B una hora propè maneret:biberet etiam frigidam claudiam ieiunus „ ad unum propè sextariũ. Egressus balneis multum lactis & panis su- „ mebat, oua deinde, mulsum, atq. his refectus aliquando prandium „ inibat, aliquando usq. ad coenam differebat, pransus est tamen saepius. Horatius quoq. paullo diuersius, & seipsum, & alios libere uiuentes in exercitationibus efficere solitos, attestari uidetur, ubi post multa haec scribit. Lib. 1. ser. Sat. 6.

Ad quartam iaceo, post hanc vagor, aut ego lecto,
Aut scripto, quod me tacitum iuuet, ungor oliuo,
Non quo fraudatis immundus Natta lucernis,
Ast vbi me fessum sol acrior ire lauatum
Admonuit, fugio rabiosi tempora signi
C *Pransus non auide, quantum interpellet inani,*
Ventre diem durare, domesticus ocior, haec est
Vita solutorum misera ambitione, grauiq.
His me consolor uicturum suauius, ac si
Quaestor auus, pater atque meus, patruusq. fuissent.

Illud tamen hoc in loco nequaquam praetereundum existimo, quod maiores nostri, quorum maior pars uel exiguum quid, uel nihil omnino mane manducabant, semelq. tantum in die saturabantur, hora octaua diei, uel nona commode exerceri poterant, aut etiam occidente sole. Ceterum aetate nostra, quando uix vnũ, aut alterum est inuenire, cui non sit in more positum, & vespere, & mane cibis saturari; nulla in omni tempore opportunior apparet hora, quam matutina, paullo ante cibi sumptionem; nimirum cum corpora leuiora, & ab excrementis magis libera, magis

ob praeuium somnum ualida, magis denique a quibusuis impedi- D
mentis soluta sunt, & praeterea minus imminet periculum, quin
externus cibus probe confectus sit: sicut contra in vespere, cum
nondum cibus concoctionem assecutus est, corpusque superfluita-
tibus magis redundat, magisq. grauatur, potius quiescendum, quā
li.1. fen.3. doc.2. c.3 exercendum esse, quisque uidet: uti quoque animaduertisse Aui-
cennam arbitror, ubi dixit: "In hyeme vero rationi conueniens
erat, ut fere usque ad vesperam tardaretur, sed alia prohibētia hoc
uetant. Erit itaque fere perpetuo nostris hisce temporibus mane
ante cibum quibuslibet sanis adeunda exercitatio, sique vllus au-
ctor inuenietur, qui post cibum exercitationem commendet, mo-
do prudenter consulat, non gratia sanitatis, aut habitus boni com-
parandi illud facere, sed potius gratia alicuius particularis affectio-
nis curandae cognoscetur. Est & aliud hoc in loco magnopere E
considerandum, ueteres tam Romanos, quam alios multos sem-
per dies, atque noctes separatim in duodecim horas partitos esse;
atque alias diei maximas, ut in aestate, alias minimas, ut in hyeme,
Li. de cuiusq. animi pec. notitia atq. medela. cap.5. alias aequinoctiales uocasse: numerum autem hunc scribit Gale-
nus tanquam omnium utilissimum ab ipsis delectum esse, quo-
niam dimidium continet, & duplum, & quartum & sextum, &
duodecimum: quae nullus alius post ipsum numerus usq. ad vigesi-
mum quartum continere uidetur. Vnde ne quis horas diei anti-
quorum easdem cum Italicis, & multis alijs nostrorum temporum
esse putans errandi in exercitationibus, aut alijs occasionem ha-
beat, hanc horarum partitionem apud ueteres in usu habitam me-
moria tenere debet: sic enim & consuetudines probe iudicare, &
antiquas nouis accommodare facile poterit. F

Quanta fieri debet exercitatio. Cap. XII.

EX ijs rebus, quae medicorum artem coniecturalem, &
paene incertam efficere a multis creduntur, praecipuā
remediorum omnium adhibendorum mensuram esse,
semper putatum fuit; quam nonnulli antiquorum ali-
quando tanti fecerunt, ut quasi eius cognoscendae spe deiecti me-
dicinae opera exercere recusauerint. Quapropter, & medicinae
professores, & illi qui exercitationum ope sanitatem tueri student,
omni cura, & diligentia opus habent, quo actionum suarum men-
suram, & quantitatem cognoscant, sine quibus incredibilia erra-
ta

A ta committi solent, & plerumque (utar Plinij verbis) inscitia capi- li. 29.c.1.
talis euadit. cumque nos exercitationis totam artem tradere profiteamur, iam quantum vnusquisq. exerceri debeat, monstrare conabimur. Et ne singula explicantibus nimis diuagetur oratio, uniuersa quantitatis exercitationum tractatio ex his constabit, Quis esse debeat exercitationis communis terminus: Quantum fortes, quantum debiles, quantum senes, quantum uiri, quantum pueri, exerceri debeant; quantum hyeme, aestate, uere, & autumno; quantum temperate uiuentes, quantum humidi, calidi, frigidi, & sicci; quantum ualetudinarij; quantum non assueti. his etenim cognitis nihil, quatenus ad praesens caput attinet, desiderare iure poterit. Sed antequam rem aggrediar, adnotandum duco, de corporibus aegris non futurum sermonem; tum quia paucas exercitationes
B requirunt; tum quia secundum morborum uarietates uariantur exercitationum species, atque mensurae; & iccirco certa ratione definiri nequeunt. Terminus igitur exercitationum communis, quem Galenus, Oribasius, Auicenna, & Aetius Hippocratem secuti docuerunt, duplex est, unus, quando scilicet uapor sudori aliquantisper permixtus sentitur, venae intumescunt, atque anhelitus permutatur: cum enim ab exercitatione duo requirantur, membrorum robur, & caloris auctio, qui succos concoquat, concoctos nutriendis membris distribuat, atque demum inutilia dissipet, nisi exercitatio tanta sit, & ad similem terminum perueniat: neque bene, neque perfecte illa omnia obtineri possunt, alter terminus est, ut tamdiu exerceatur vnusquisque, quamdiu color floridus eius faciei, & corpori ingeneratur; motusque acriter, aequabili-
C ter, & concinne edit; nec ullam effatu dignam lassitudinem percipit. quod si calor euanescere incipiat; vel corporis moles paullo contractior videatur, vel lassitudo iam immineat: illico desistendũ est; ne, si ulterius progrediatur, corpus plus iusto gracilescat: boni succi una cũ malis exhauriantur: & tandem calor naturalis debilior reddatur; & ideo loco roboris acquirendi uires potius destruantur. similiter ubi motuum alacritas, aequabilitas; uel concinnitas remitti quippiam, collabiq. cernitur; utique statim desinere oportet; itidem si in sudore accidat ulla qualitatis eius, quantitatisue mutatio, quippe quem, & copiosiorem semper, & feruidiorem edi par est, prout motus vehementiores fiunt. cum igitur is aut minor, aut frigidior redditur: tum scito corpus exhauriri, refrigerarique, & siccari plus iusto. & proinde corpori exercitando diligenter attendere conuenit, ut, quando praedictorum signorum aliquod ap-

5. de locis aff. cap. 5. li. 6. c. 11. li. 1. fen. 13 doc. 2. c. 3 lib. 2. c. 3. 6. epid. con. 2.

parere iam incipiat, protinus exercitatio dimittatur. Atque hi sunt communes quidam termini, quos magna sese exercentium pars continere debet. Succedunt postea particulares, pro quibus ita decretum uolo, quod ualidi diutius ceteris (nisi quid aliud obstet) exerceri possunt, quamuis etiam uires aliquantisper fatiscerent; nimirum quae facillime resurgere possunt. debiles parum certe exerceri oportet, alioqui si in his uires uel tantillum patiantur, difficulter, & longo tempore reparantur; & iccirco sat ipsis erit incalescere citra sudoris principium. Senes dũ se exercent omni cura sudorem effugere debent; nempe sicci, & aridi exsistentes, ita maiorem siccitatem contrahunt; praeterea cum iam dixerimus, exercitationes in iuuentute consuetas in senectute congruere, hoc in loco sciendum est, semper senes minus quam iuuenes solebant, exercendos esse, omninoque lassitudinis sensum effugiendum, terminumq. exercitationis eorum famis excitationem ponendum, sicuti Socratem iam senem se exercitare, donec esuriret, solitum legimus. Viri, sub quibus comprehenduntur omnes intra adolescentiam, & senectutem exsistentes, moderatas exercitationes postulant: uel enim offenduntur, si plus iusto exerceantur, uel paucum omnino fructum capiunt, si minus, uel utroque modo prauum aliquem habitum contrahunt: quocirca terminus communis iam expositus his omnibus mirifice aptabitur. Pueri a primo usque ad tertium aetatis septenarium multis laboribus probe sufficere possunt. quocirca & incalescere, & anhelare, & sudare & aliquantisper defatigari ipsis impune conceditur: excrementis enim plurimis ob uiuendi imprudentiam exuberantes a sudoribus, & laboribus multis iuuantur; uiribus autem ualidis pollentes a leuibus defatigationibus minime offenduntur: haud tamen modum in labore pueros umquam excedere conuenit, & tanto minus, quanto primo septenario uiciniores exsistunt, siquidem intempestiua exercitationis duritie corporis pueri, ad auctum, a natura quam maxime comparati inhibetur auctio, ob quod paedotribas nonnullos sui temporis damnauit Galenus; quod plus aequo pueros exercerent. similiter, & Aristoteles improbandos iudicauit Laconas, qui nimijs laboribus, & exercitationibus pueros efferatos reddebant, sicut & illas nationes, quae athletarum habitum laboribus in pueris generare studentes eorum corpora deformabant, augumentumq. impediebant. Nã inter eos, qui Olympia vicerunt, duo, uel tres tantum exstiterunt, qui ijdem adolescentes, & uiri sint uictoriam consecuti, quod per uiolentas, & plurimas

1.ð tu. sa. c.x.7.pol. cap.4.

D E F

A mas pueris adhibitas exercitationes una cum auctione corporis robur, atque uis auferebatur. multum itaque exerceri poterunt pueri, sed non immoderate. Hyeme multum exercendum, citra tamen sudorem, ne frigus magis obsit, & quoad uniuersum corpus incalescat. Vere plus, & vsque ad sudorem. Autumno minus, minime omnium aestate; quando, (quidquid dixerit Aristoteles) neque sudare, neque incalescere, neque defatigari omnibus ab ambiente aere satis, & defatigatis, & debilitatis expedit. Qui temperatam uitam degunt, etsi paucis superfluitatibus abundent, & iccirco minori exercitatione indigere secundum Galeni sententiam uideantur, nihilominus & ipsi moderate exerceri debent, ne ocio torpescentia membra, calorue sopitus, proprium, & naturalem habitum remittant, neue excrementa etiam intempera-

In li. de cibis bon. & ma. suc.

B te uiuentibus necessario genita retineantur. Incontinentes autem sicut multa excrementa, multosque humores superuacaneos aggregant, ita multis exercitationibus, ac laboribus opus habent, quae humores illos, excrementaque absumant, quaeue profundos somnos inducentia felicius concoctionem adiuuent; siquidem Galenus fossores & messores, ideo a prauo uiuendi genere minimum quid offendi sentit, quoniam a laboribus in profundos somnos demissi etiam deterrima probe coquunt, & ad meliorem naturam reducunt; ideo isti, modo uel crudorum in corporis ambitu latentium humorum copia, uel uirium debilitas, quae hos plerumque comitari solet, uel aliud quid non prohibeat, quanto plus & diutius exercebuntur, tanto magis sibi consulent; siue incale-

1. de alim. fac.

C scant solum, siue sudent, siue etiam leuiter defatigentur. Humida corpora multam exercitationem requirunt, quo a motus multitudine humiditas nimia exsiccetur; unde ista tamdiu exerceri poterunt, donec sudor citra uirium defectum largus effluxerit, sicca minus exerceri debent, neque umquam calorem, sudoremue in exercendo se expectare. Frigida quoad tota se calefacta percipiant, exercitari expedit. Calida uero parce exercenda sunt, nec umquam aut sudorem, aut in calescentiam, aut insignem anhelitus mutationem in ipsis exspectare decet. Calida praeterea, & sicca exigua, uel nulla exercitatione gaudent, ne tam caliditas, quam siccitas simul augeantur. Frigidis, & siccis ratione frigiditatis, & usque ad manifestam incalescentiam exercitatione opus est; ob siccitatem a sudore ualde cauere debent. Calida, & humida moderata exercitatione uti conuenit, quoniam pusilla humiditatem superfluam non diminuit; multa nimis eliquat, & calefacit, indeque

morbosas fluxiones parere solet. quocirca uehementem anhelitus alterationem, uehementemq. calefactionem ea effugere necessum est. Frigida porrò; & humida eatenus exercenda sunt, quatenus anhelent, incalescant, atque etiam paullisper sudent. Summatim huiuscemodi corpora omnium maxime exercenda erunt, ita namq. excrementitiae humiditates, quibus oppleta sunt, inaniuntur, calor naturalis excitatur, & perbelle concoctiones omnes perficiuntur. Demum ualetudinarios, qui mox a morbis resurgunt, exigua admodum exercitatione uti debere, nemo ignorat; quoniam horum uires infirmae ualde exsistentes, calorque debilis, & membra exsiccata, si multa exercitatione agitentur, non possunt non summum detrimentum sentire: proinde isti intra anhelitus mutationem, intra caloris aduentum, intra denique defatigationem quamlibet exercendi sunt: prout tamen isti reficiuntur, uiresq. crescunt, & meliusculi esse coeperunt, adijcere debent exercitationes. Postremo qui exercitationibus inassueti sunt, cum prauam illã consuetudinem deponi debere, iam ostenderimus, prius expurgari ab humoribus, & superfluitatibus ex segnitie ortis secundum Galeni consilium debent, alioqui periculum imminet, ne a fluxionum perniciosis morbis protinus tententur: deinceps primo parcissime exercendi sunt per aliquot dies, postea exercitationis modus paullatim augendus, quousque ad terminum illum peruentum sit, quem inassuetis sufficere, & citra ullam molestiam calefacere experientia docuerit: eo semper (quod supra quoque demonstrauimus) animaduerso, omnibus immodicam exercitationem nocere, nempe quae pueris incrementum adimit, & membra colliquat, uiris inaequales intemperies gignit, atque febrem interdum, sicuti de illo immodice exerceri coacto narrat Galenus in libro de caussis prae inchoantrbus; senibus immodicabiles lassitudines, atq. siccitates parit; omnibusque tandem aliquid semper boni effluere facit. Quamquam Aristoteles ij. ethic. ad Eudemum libro, vbi virtutẽ medium esse probat, excessum in exercendo defectu magis laudat, sicut in cibo contrarium, οἷον (inquit) καὶ περὶ τὸ σῶμα ἐν μὲν τοῖς πόνοις ὑγιεινότερον ἡ ὑπερβολὴ τῆς ἐλλείψεως καὶ ἐγγύτερον τοῦ μέσου. ἐν δὲ τῇ τροφῇ ἡ ἔλλειψις ὑπερβολῆς & quae sequuntur. Immodicae autem exercitationis haec signa sunto, dum articuli calidiore effecti sentiũtur; dum uniuersum corpus aridum, & inaequale apparet; dum in motu sensus doloris cuiusdam ulcerosi suboritur; dum labor coacte, & non sponte dimittitur; dum post sudorem pallor succedit, sicut in athletis immodice exercitatis euenire consueuisse auctor est Aristoteles; dum insolita denique,

Gale. 3. de symp. cau.

38. partic. prob. 5.

A denique, ac ualde molesta lassitudo percipitur. Tota itaque quantitatis exercitationum ratio his omnibus nobis praescripta sit. Quod si multa particularia a quoquam reperientur, quae a nobis aut ignorata, aut praetermissa uideantur, illud sciat, nihil quod ad uniuersam artem necessario pertineat, esse, quin uel explicite, uel implicite a nobis comprehensum habeatur, quamquam etiam multae exercitationes sunt, quarum quantitatis terminum non expressimus, quod a termino illo communi praescripto eorum mensuram accipi uolumus.

De modo exercendi. Cap. XIII.

B PRAETER locum, tempus, & quantitatem, quae in obeundis exercitationibus summa cura obseruari debere demonstrauimus, adest & modus, qui ut in illis ipsis, sic in plerisque alijs rebus recte peragendis tantum potest, ut, nisi is adhibeatur, cetera omnia superuacanea reddantur, infinitisque prope erroribus iam uia latissime pateat. Qua de re maxime ad huius tractationis absolutionem pertinet, ut modum, quem antiqui in exercendis corporibus tenuerunt, quoque temporibus nostris unus quisque sanitatis studiosus uti non sine fructu potest, & debet, apertum breui sermone faciamus. Modus igitur, quo ueteres ad sanitatem usos legimus, fuit is, quem Oribasius Pergamenus Iuliani Impera. medicus, Aetius Amidenus, & Arabum doctissimus Auicen. in medium attulerunt. Viri namque, & iuuenes exercendi ubi lotio pfecta concoctio apparebat, faecibusque aluum exonerauerant, maior pars sese exsuebant, mox fricabantur mediocriter, usque quo floribus color in summa cute residens, & artuum flexibilitas, atque ad omnem motum agilitas persuadebant; perfricati oleo dulci inungebantur; quod ut magis artus quoslibet penetraret, manibus undequaque prementibus, & explanantibus apponebatur; ab unctione qui luctatione exerceri uolebant, aut pancratio, puluere conspergebantur, alij protinus in exercitationem, prout cuique altera alteri utilior, atque gratior apparebat, descendebant, peracta exercitatione paullum quiescebant, deinde strigilibus, uel asperiusculis pannis strigmenta a corpore eradebant, quo facto aliquando rursum fricabantur, ἀποθεραπευτικὴ dicta frictione, similiterque ungebantur alias in sole, alias ad ignem, ut Cornelius Celsus testatum facit: sicq. fere semper balneum ingrediebantur

6. colle. ad Iul. ca. 15.
C Li. 1. ser. 3 ca. 2. lib. 1. fen. 3. c. 3.
lib. 1. c. 2.

tur conclaui quam maxime alto, lucido, & ſpatioſo, rarius ſeipſos D
induentes ad capiendum cibum accedebant. Atque hic totus erat modus, quo uel in gymnaſijs publicis, uel in priuatis locis maior pars liberorum hominum,& eorum qui valetudini curandae, & bono habitui comparando ſolemniter incumbebant, frequenter utebatur. Nec quiſquam miretur, quomodo liberi homines ſingulis diebus tot corporis curis occuparentur, quando omnes homines, nedum clariores quotidie defricari ſolitos, multi auctores,& praeſertim Columella memoriae mandarunt. de quo defricandi more, & modo, ſi Deo placuerit, aliquando tractationem huic adijciemus. Ceterum uериſimile fit quamplurimos alios exſtitiſſe, qui uel negotijs publicis, priuatisque impediti; uel neceſſarijs uariarum artium operibus detenti; uel aliqua ualetudinis ratione coacti hoc pacto minime exercerentur, ſed frictionibus,& unctionibus E
dimiſſis,quaſcumque poterant exercitationes amplecterentur;ſicuti & multi reperiebantur,qui praedictarum cauſſarum aliqua nullo modo exercitationibus uacandi otium habebant; quibus omnibus exactiore uictu, & ſanis medicamentis opus eſſe tradit Galenus.

Lib 1. de cibis bon. & ma. ſuc.

Verumenimvero cũ aetate noſtra gymnaſia illa ob exercendi commoditates ab antiquis fabricata in vſu deſierint eſſe, neque gymnaſtas,& paedotribas,neque aliptas,& reunctores habeamus,a quibus fricandi, ungendi, tandemque quomodouis exercendi modos,atque commoditates quaeramus,ſat erit illis,qui aliqua neceſſaria occaſione impediti libere ſeſe exercendi ocium nequaquam habent, ut potius quomodocumque poſſunt, exerceantur, quam ſemper in conſummata quiete degant; modo tamen hoc unum obſeruent,ne ſtatim a cibo exercitationes eas, quas gratia ſanitatis facere uolunt, F
ſolicite nimis adeant, ſed ſaltem aliquot horas interponant, quo quam minimum fieri poteſt nocumentum inde ſequatur. Porrò qui ſuae ſpontis ſunt, & maiori ocio propriorum corporum curae libere uacare queunt,haec omnia diligenter obſeruare debent.primo ut corpus tum a faecibus,& urinis, tum a mucis, & ſputis accurate emundare,caput pectere,manus,& faciem abluere ſtudeãt, ne excrementa in uarijs corporũ cauitatibus,atq. in ipſo ambitu latentia,a motu excitata uaporationib. offendant;ſtrictisq. meatibus nõnunquam infarcta,aut exercitationis calore eliquata obſtructiones, fluxionesq. diuerſas pariant.Secundo ut corpus ijs indumentis obtegant,quae laborem ipſi ſuperaddere nequeant, quaeue interim a uentis,ſi qui erunt,uel a frigore tueantur;aut etiam ſi aeſtus urgeat, feruorẽ nullo pacto augere,ſiue fouere queant;nam indumenta niſi

exer-

exercitandis prudēter accōmodentur, praeter impedimentū, quod laboraturis in motu praestare solent insigne, faciunt quoque, & ut sine motus debita mensura sudēt, & alia incōmoda sustineant; si quidem sudor ita indutorū sine motu multò eueniēs, veluti Aristoteles disputat, deterior est eo, qui a labore emanat. & huius argumentum est, quod ita sudātes decoloratiores euadunt, cū humor per summa corporis passus, atq. incalescens ab externo aere refrigerari nō possit, & inde pallorem facile contrahat, simulque corporis perspiratio, a qua gratus calor emanare consueuit a uestimētis inhibeatur. Tertio obseruandū erit, ut remisse, ac leniter unusquisq. exerceri incipiat, deinceps eius intentionē augeat paullatim, usquequo ad terminū, qui sibi conueniens uidebitur, perueniat, atq. vehementiā rursum pedetentim remittere eatenus conetur, quatenus sibi iam satis sese exercuisse doctus experientia sentiet: nā subito ab intensis exercitationibus incipere, non solum imbecillibus, sed etiā robustis corporibus summe perniciosum iudicauit Galenus. Quarto ijs, qui inter exercendum sudant, curandum erit, ut peracta exercitatione uestes sudore madefactas exsuant, & siccas resumāt, idque si fieri poterit in loco tepido, aut temperato, aut saltem neque frigido, neque uentis perflato. si etenim humecta illa indumenta retineantur, facile est carnibus a calore relaxatis iterū sudores imbibi, sicq. denuo corporis meatus obstruitur; praeterquam quod panni madidi mox frigefacti horrores, faetores ac alias molestias inducunt, atque inde febres interdum oriri solent. Quincto obseruandum erit, ne (sicut etiam supra admonuimus) post exercitationem quam primū quieti sese dedat, aut cibum sumat, sed blando, & valde remisso potius aliquo motu utatur, tantumq. a capiendis cibis abstineat, quoad perturbatio illa, quasique corporis fluctuatio aestuatioue, ab exercitatione genita prorsus cessauerit, eiq. tranquillitas quaedā, & leuatio successerit. Totus itaque erit exercitādi modus, & ordo, primo corpus a superfluitatibus quibus vis emundare, caput pectere, manus & faciem abluere, se accommodate induere, tardos, & remissos motus incipere, ad celeriores, & uehementiores procedere, iterumque paullatim remittere, madefacta sudore indumenta exsuere, blande postremo moueri, & sedata exercitationis perturbatione cibum capere. Atque haec de uniuersali exercitationum speculatione, & methodo disputata sufficiant. Restat modo particulares singularum exercitationum naturas, atque effectus enarrare. quod in sequentibus libris, quantum fieri poterit, plene praestare conabimur.

[Margin: 2. par. pb. 30. & 38. partic. p-ble. 3.]

[Margin: B]

[Margin: In con. de pu. epilep.]

[Margin: C]

Explicit Liber Quartus.

AR-

ARTIS. GYMNASTICÆ

LIBER QVINTVS

D

De ordine agendorum; & de nonnullis scitu dignis. Cap. I.



Icuti nullus ab exercitationũ particularium cognitione fructus expectandus esset, nisi recta atq. vniuersalis methodus, quã superiori libro abunde satis (ni fallor) tradidimus, optime possideretur; Ita profecto illa infructuosa, ac propè modũ uana euaderet, nisi haec particularium fere omnium exercitationum tractatio, quam E aggressuri sumus, illi connecteretur; siquidem incerta, ac fallax ea cognitio uideri potest, qua exercitatio vniuersali quodam pacto accepta iuuare intelligitur. sed si qualis exercitatio, quod nocumẽtum, quamue commoditatẽ praestare idonea sit, cognoscatur, proculdubio nihil amplius relinqui constat, quod exercitationum quarumuis scientiam optantis animum explere iure debeat. Et iccirco ne inchoata a nobis gymnasticae tractatio imperfecta relinquatur, in sequentibus singulos exercitationum iam enarratarum effectus prosequemur; atq. hos cum ex antiquorũ auctorũ comprobatis experiẽtia testimonijs, tum ex rei ipsius natura inspecta, quam
12. Meth. esse uerã cõditiones rerũ inueniendi rationẽ scripsit Galenus, dicere conabimur. Et ne citra ordinem totus futurus sermo uagetur, ita materiã huiuscemodi declarare instituimus, ut primo commoda in F corpora humana ex unaquaq. exercitationis specie emanãtia, deinde incõmoda sigillatim explicẽtur: nã illud, quod quãplurimis medicamẽtis euenire usu cõprobatur, ut si alicui corporis parti, & affectui prosunt, alijs noceãt, in exercitationib. item contingere, nemo ignorat. In explicãdis praeterea utilitatibus, atq. dãnis a mẽbris superioribus principiũ sumentes, ut plurimũ in ultima, atq. infima seriatim terminabimus, prius tñ illis enarratis, quae nullum corporis particulare membrũ respicere videbuntur. His autem sic pertractatis, duo me saltem peracturum esse spero: Alterum ꝙ maiori facilitate, firmioreq. cognitione quicumq. haec legent, animis eorum insidebunt: Alterum ꝙ habito a ualetudinis studiosis exercitationum assiduo delectu, uel nulli errores, uel quam paucissimi committentur, sicque demum multi eorum perniciosorum morborum euitabuntur,

A buntur,quos desidia, laborum abstinentia,ac exercitationis ignoratio non contemnendos, quosq. intempestiuus exercendi vsus continuo parere solet: illud namque a natura comparatum esse norunt omnes,ut illa,quae corporibus nostris admota insigniter conducere animaduertuntur, eadem plerũq. magnum detrimentũ inferãt, si uel nullo pacto,uel prauo ordine, atq. omnino importune adhibeantur. quod etiam in exercitationibus ipsis fere contingere, iudicauit Galenus,ubi scriptum reliquit,eos,qui ante cibos,atque opportune sese exercent, haud exquisita victus ratione opus habere; quin interdum Naturae in ualetudine commissos defectus corrigere,quemadmodum ex aduerso illos,& accuratiore uictu, & assiduis medicamentis indigere,insuperque natiuam sanitatem corrumpere, qui neque ante cibos aliquo pacto,neq. ordine,ac tempore seruatis exercitationes adeunt. In li. de cibis bou. & ma.fuc.

B Cum itaque tali ordine,quae ad uniuersam gymnasticam perficiendam supersunt, praedictis adiungere propositum mihi sit, id ante cetera praefari operaepretium esse duco, nos in superioribus gymnasticam facultatem non in curatiua,sed in conseruatiua medicinae parte collocasse. Et tamẽ omnes ueterum medicorum sectas, ac praesertim Methodicos, quorum principes Asclepiades, Themison, & Soranus exstiterunt,in cunctis fere diuturnis morbis curandis exercitationes aliquas magnopere commendasse,ut ex libris Cornelij Celsi, qui Asclepiadem in multis secutus fuit, necnon Coelij Aureliani methodici, atque Aretaei clarissime intelligere licet. quod similiter Galenus,& qui Galenum in dogmaticorum secta sunt imitati, magna ex parte confirmarunt. De chroni.

C Sed ne uel me, vel illos omnes errasse quis putet, ita sententias nostras accipi debere uolo,ꝗ.s.gymnasticam principaliter circa sanitatis conseruationem uersari, consequenter circa curatiuam: nullã etenim exercitationem,qualiscumque sit, usquam reperies,quin in sanis corporibus absque noxa administrari queat, at paucis quibusdam exceptis,nimirum ambulatione, gestatione,uectione,ac similibus, uix una, aut altera inuenitur, que aegrotatibus impune concedi queat;immo illa,quae adhibentur,potius ut remedia,quam ut exercitationes commendantur, cum in sanis omnes exercitationes solum fiant, quo bonam ualetudinem tueantur, optimumque corporis habitum inducant: in aegrotis vero iccirco eaedem administrentur, ut morbo expellendo aliorum medicamentorum instar cooperentur. Quando igitur antiquorum in varijs morbis exercitationibus aliquibus utendi consuetudinem in medium adducemus, non erit,ꝗ ullus admiratione capiatur, nosq. reprehendat, tãquam

gymna-

gymnasticam soli conseruatoriae inseruire statuerimus, quoniam, D
& nos rei ipsius naturam prae oculis habentes, ita determinandum censuimus, quemadmodum ueteres alias experientijs assiduis, alias morborum cōditionibus permoti paullo diuersius sentire quidem uisi sunt, sed re uera a sententia nostra non recesserunt. Aliud insuper hoc in loco summa consideratione dignum existimo, quod licet in multis exercitationibus diuersus extiterit antiquorum mos ab eo, qui hodie in usu est fere apud omnes, ueluti pilae exercitatio, lucta, discus, pugnae, atque similia; nihilominus cum parum nostra consuetudo ab antiqua recedat, solisq. accidentibus quibusdam, & non in rei natura differat, fere eosdem effectus, quos illi suis attribuunt, nos nostris dare poterimus, modo vnū, aut alterum obseruemus, antiquos unctiones, ac pulueres in multis exercitationibus adhibere consueuisse, quas nulli hodie, aut quam paucissimi faciunt; atque hoc multi momenti esse ad uariandas utrorūque qualitates, quando de his Hippocrates verba faciens scripsit, exercitationes in puluere, atque oleo magnas differentias suscipere, cum puluis frigidus sit, oleum uero calidum, atque inde oriatur, ꝙ hyeme oleum corpus magis auget frigus prohibens, ne quid a corpore demat: Aestate uero caliditatis excessum faciens, carnem liquat, cum, & a tempore, & oleo, ac labore corpus calefiat; quemadmodū ex aduerso puluis in aestate magis auget feruorem aeris, & corporis remittens, in hyeme autem frigus, & algorem inducit. praeterea maior pars hominum semel duntaxat in vespere saturabatur, nostrates bis cibos sumunt, quod item non parum refert ad uariandas exercitationum condiciones. Vnde qui de nostri temporis exercitationibus aequum iudicium ferre optauerit, debebit quid unctiones, & quid una diei saturatio importent, exacte pensitare, totumque illud nostris adimentes, in reliquis eosdem, uel parum diuersos effectus existimare. E F

2. đ diaeta. iuxta finem.

De singulorum exercitationis differentiarum effectibus. *Cap. II.*

TRES praecipuas exercitationum differētias ab antiquis Medicis excogitatas fuisse satis constat, quarum prima exercitium παρασκευαστικόν, siue praeparatorium, altera ἀποθεραπευτικόν, tertia simpliciter exercitatio nuncupata. Exercitationem praeparatoriam, facultatem cogendi, meatus corporis densandi, eorumque laxitatem corrigendi obtinere, scri-

A psit Galenus. qua de caussa athletae, qui desitate corporum sudores impedire, & consequenter robur conseruare studebant, ante ceteras exercitationes praeparatoria utebantur. quam item usurpabant quāplures homines post coitum, ut laxitatem corporis in motu uenereo genitam emendarent. de meridiano coitu loquor, cum ex nocturno oborta laxitas satis a somno curaretur. cuius rei gratia magnopere Soclarum laudare soleo, qui apud Plutarchum noctu coitum ob hoc exerceri debere aduersus Epicurum medicum grauissime disputat. sicuti quoque Paulli sententiam, Galeni, atque Aetij opinionibus praeferre consueui, dum is contra ipsorum placita tempus concumbendi secundum cibum in uespere antequam somnus inuadat, opportunū exsistere credidit: quod lassitudo ex coitu contracta obdormienti statim remittatur. Exercitationem apo-
B therapeuticam tam pro exercitationis parte, quam pro specie acceptam corpora ab immodicis laboribus exsucta emollire, meatusq. corporis relaxando excrementa purgare, traditum est a Galeno: unde iure merito post uehemētiores exercitationes, post uigilias, post maerores, a quibus corporum meatus clauduntur, uiresq. non parum deprimuntur, ut plurimum adhibebatur: in ijs quoque commendabatur, qui palaestrae laboribus assueti, ob uitae negotia cogebantur illos dimittere. Exercitationis simpliciter acceptae differentiae, quae ab extrinsecis desumebantur, eos effectus pariunt, quos locorum ipsorum, a quibus sumuntur, condiciones producere possunt: & ideo, qui in calidis locis exercentur, magis exuruntur, qui in humidis humiditatem contrahunt, sicque de singulis. corpo-
C ra namque ab exercitatione rarefacta facillime disponuntur ad imbibendas quaslibet aeris, & locorum qualitates. De differentijs ab utendi modis acceptis in hunc modum decernendum erit, ꝙ exercitationes perpetuae, siue continuatae, & aequabiles magis delassant, quam inaequabiles. ratio est eadem, quam attulit Aristoteles in problematibus, uidelicet membra a multo motu refrangi, atque multum esse motum, qui unus, & continuus est, ac aequabilis. inaequabilem uero non ideo sic delassare, quia ex mutatione nascitur requies, laborq. omnibus partibus distributus a singulis minus sentitur: qua itidem ratione motus intercisus, ac ordinatus minorem defatigationem parit, nimirum cum interruptio quietem, quies lassitudinis minus inducat. Exercitationes cum oleo peractae non modo praesentem lassitudinem mitigāt, uerumetiam futuram prohibent, siccitatemq. arcēt, ac ad motus promptitudinem maiorem generant: cuius rei gratia Pollio nonagenarius aetatem suam oleo

extrin-

[Margin notes: 3 de tu. va. cap. 11. 2. de tuē. ual. c. 3. — 3. symp. prob. 6. li. 1. c. 35. 6. epid. Li. 1. ser. 3. c. 8. — 3. de tuē. ual. c. 2. — 5. par. proble. 1. & 12.]

extrinſecus adhibito acceptam referebat. Quae cum puluere fiunt D
exercitationes praeterquam quod frigidiora conſeruant corpora,
efficiunt quoque, ne ſudor ita faciliter effluat, neue illa tantopere
2.đ tu.va. defatigentur. habet namque puluis ex Galeni ſententia emplaſti-
cap. 12. cam vim, refrigeratoriam, ac repercuſſoriam. ut non temere is prae
ceperit, iuuenes temperatos, dum in calidioribus locis exercentur,
puluere uti, qui, ſi pinguis ſit, corpus exercitatum minime exte-
nuat; ſin autem aſper, inſtar pumicoſi, uel acer, qualis nitroſus, ex-
5. de tuē. ſiſtat, exercitationes eo peractae mirum in modum extenuant. In-
va.c. 3. ter differentias ab ipſius motus quantitatibus deſumptas primae sũt
Loco cita to. multae, paucae, & mediocres. Multas corpus ſiccare, mediocres
5. chro- obeſum reddere, ſcripſit Galenus. ex quo liquet magna cum ratio-
nic.c.vlt. ne, Coelium Aurelianum inter Methodicos non infimum ad pro-
Sect.31. Prob. 14. hibendam polyſarchiam multas exercitationes commendaſſe. de E
quibus etiam locutum exiſtimo Ariſtotelem, quando ſcripſit, exer-
citationem ideo oculorum acumini obeſſe, quia uniuerſum corpus
ſiccando, indurandoq. pupillae cutem conſequenter indurat, atq.
ita uidendi acuties impeditur. Ex differentijs quoq. a motus quan-
titatibus ſumptis magnae exercitationes magnopere calefaciunt;
excrementa inaniunt, ſudores cient: minus his mediocres, minime
omnium paruae. Inter differentias a qualitatibus captas ſecundum
Gale. 6 đ Galeni ſententiam acuta exercitatio, ſiue celer, aut uelox corpora
mor.vulg. extenuat, carnes, & ſuccos detrahit, ob idque a Galeno, & Aetio ad
com.3. 6.đ tu.va. curandam polyſarchiam prae caeteris commendatur: lenta, atque
& li. 6.c.3 tarda pinguefacit, & craſſitiem inducit: mediocris inter vtraq. me-
14.Meth. Li.1.ſer.4 dios effectus producit. Exercitatio uehemens, atque robuſta calo
ca. 32. rem quidem natiuum auget, ſomnos profundos generat, & conco- F
Gal.đ pu. epil. quendis cibis, crudisq. humoribus confert, at caput ab illa repletur
li. 3.c.18. quocirca mirari ſoleo, cur Celſus ſcripſerit, inſanientes omnes ue-
hementer exerceri debere. Valens exercitatio robori augendo cõ-
ducit. Remiſſa uero languida, ac imbecillis uti praedictos effectus
obſcuriſſime parit, ſic ſanitati, ac habitui bono minimum iuuamen-
tum affert, potiusq. aegrotantibus, ac ualetudinarijs quam ſanis ac-
commodatur. Inter has autem mediae tum minus, uehementibus
ac robuſtis, tum magis remiſſis, & debilibus effectus eos producunt,
& iccirco ſanitatis conſeruationem non parum adiuuant. His igitur
ita determinatis, iam facile euadit cuicunque uel mediocri iudicio
praedito intelligere, quos effectus ſingulae exercitationes, quate-
nus aliquam ex antedictis habent differentiam, producant. quod
tametſi in recenſendis ſingulis non abſque animaduerſione ſuis lo-
cis

A cis praeterire statuerimus nihilominus haud inutiliter nunc quoque explicatum fuisse credo, quando iam saepius demõstratum est, uniuersales huiuscemodi rerum tractationes ad integras illarum notiones acquirendas magni momenti esse. Illud hoc in loco scire oportet, in superioribus libris multa de gymnastica bellica, & athletica nos disseruisse, ut expressius tota medicae gymnasticae natura innotesceret: at in sequentibus de medica dumtaxat sermonem habituri sumus. eo quod illarum effectus cognoscere parum omnino confert, ad id quod optamus, assequendum, solosque sanitatem, aut morbos respicientes addiscere sufficit.

De saltatoriae effectibus. *Cap. III.*

B QVICVNQVE saltationum species apud ueteres in usu habitas accurate contemplari uoluerit, ea ordine temporis, ratione, proportione, harmoniaq. musica non caruisse sciet. & iccirco nostra tripudia βαλλισμοὺς, ac gesticulatorios motus, quos tam mulieres quam uiri hodie ad libidines, & delicias exercent, illis non prorsus dissimiles exstare cẽsebit. Verumtamen illud inter antiquorũ, & nostras saltationes interesse nemo non uidet, q̃, sicuti illae aliquando sanitati inseruiebant, ita nostrae, uel numquam, uel raro hoc fine peraguntur, ut ualetudinis conseruationem adiuuent, quippe quae ut plurimum post caenam, atque nocte inter ipsas commessationes exercentur, quando potius quieti, & somno uacare praestaret. unde si saltatio opportune, quemadmodum maiores nostri faciebant, & quemadmodum

C cunctas exercitationes peragi debere, superius demonstrauimus, Li. 4. c. 11. administretur, quin commoda multa pariat, inficiari minime poterimus. Cubisticam namque, quam primam eius speciem fuisse diximus, brachia corroborare, similiter, & crura, nimirum quae potissimum agitentur, quiuis intelligere potest. Itaque qui brachia robusta corpusque undequaque flexibile habere cupiunt, hac exercitatione frequenter utantur. ceterum quia, dum in caput saltatur illudque ad terram flectitur, primo caput ualde repleri necessarium est, secundo uiscera omnia quassari, intestinaq. suis locis dimoueri, & tandem dorsum ac articulos, qui in flexionibus uehementer cõmouentur, magnopere pati, rationi consentaneum est, ideo fugere ipsam expedit ijs, qui ulla ex parte caput debile, uiscera infirma, lumbos, articulosque imbecilles, uel natura, uel casu aliquo sortiri sunt. Tertiae saltatoriae speciei (de secunda in sequenti capite tractabitur)

ctabitur) quam ueram orchesticam appellauimus, eius quam pluri- D
ma apud antiquos fuerunt genera, quae fere omnia hodie abolita, uel saltem non usitata esse cum constet, superuacaneum foret singulorum effectus percensere. proinde sat erit illa adnotasse, in quibus praestandis, & cuncta illa conuenisse, atque etiam nostram conueni re uerisimile uidetur. χειρονομίαν etenim siue manuum gesticulationē attenuare humores, atque sursum carnes trahere, placuit Hippocrati siue Polybo. quam similiter in inueterato capitis dolore, ubi paullatim malum soluitur, commendauit Aretaeus, ueluti, & in uertiginosis, epilepticis, coeliacis. Saltatio demum, quae motu uniuersum corpus calefacit, arcendis rigoribus, atque etiam nonnullis tremoribus ualde accommodatur: priuatim ubi stomachus in concoquendo laborat, crudosue humores aggregat, utile remedium exsistit. praeterea labantes coxas, infirma crura, male tutos pedes, usq. adeo E confirmat, corroboratque, ut pauca inueniantur, q̄ simile auxilium praestare queant. neque itidem alteri cedit huiuscemodi exercitatio in extrudendis a renibus, siue uesica lapillis. Caeterum quod p̄gnātibus mirum in modum noceat, testatum reliquit Hippocrates, ubi cantatrici mulieri, quae ne calumnias subiret, uteri foetum abijcere cupiebat, consuluit, ut saltaret, pollicitus ea saltatione conceptum corruptum iri, veluti postea contigit. Quicunque vero caput debile, ac vertiginosis affectibus obnoxium habent, proculdubio ab illis circuitionibus, uersuris, motibusq. continuis offenduntur: similiter oblaeduntur quibus oculi illacrymantur, aut in uidendo hebetem aciem habēt, perinde namq. in tripudiationibus alicui euenit, ac in rotationibus, in quibus saepe oculi tantum detrimentum F patiuntur, vt nihil omnino videant, atque interdum cadant. Renes languidos, & supercalefactos habentes, feminisq. fluxum, γονοῤῥοίαν a Graecis uocatum, qualibet de caussa incurrentes a saltationibus abstinere conuenit: alioqui eorum affectiones ex motu calefaciente magis recrudescunt. Atque haec omnia a me dicta intelligantur de ea saltationis specie, quam antiqui sine armis obibant. quod si quis armatae, quam vocarunt, saltationis condiciones pernoscere aueat, in hunc modum uere atq. breuiter statuere rē poterit, uidelicet omnia quae ab illa gignuntur uel bona, uel mala, eadem ab hac effici, nisi quod armata uehementius membra exercet, magisque illa incalescere, & sudare facit. ob quod Galenus inter uehementes exercitationes non in postremo loco posuit, dum quis graui armatura tectus celeriter agitatur.

[Margin notes: 2. de dicta propter finem. — Lib. 1. cur. chr. c. 1. — in li. de natura pueri. — 2. de tu. va.]

A

De ludorum pilae effectibus. Cap. IV.

LVdorum pilae antiquitus complures cum apud Latinos, tũ apud Graecos exstitisse species, abunde in secundo libro indicauimus: ex quo nullum operae pretium est hoc in loco, vbi solas exercitationũ qualitates explicare proposuimus, eadem repetere: illud duntaxat animaduerti volo, quod & si nostra ludorum pilae genera veterum generibus undequaque non respondeant: sunt tamen magna ex parte ualde similia: & ideo eorum commoditates, atq. nocumenta singulatim enarrare studebimus, ut facta nostrorum cũ illis cõparatione, quid conferant, quidue noceant, utraque simul cognosci possit. sed ne tractatio ista confundatur, sicut alias fecimus, primo graecos ludos, deinde latinos B prosequemur eodem ordine, quo supra usi fuimus. In eo etenim cõuenire cuncta harum exercitationum genera censuit Auicenna, ꝙ fortes exsistũt. Hoc praeterea commune ex omnibus huiuscemodi ludis cõmodum percipitur, quod qui in ipsis, uel ipsorũ aliquo sese exercent, promptiores ad motum reddantur, ijsque uitales actiones roborẽtur: peculiariter uero paruae pilae exercitatio inter ueloces citra uiolentiam, & robur collocant Galenus atq. Paullus, cuius merito corpora crassa, ut similes exercitationes facere dictum fuit, attenuat. ideoq. apud Nonium a Lucilio scriptum inuenitur, » Cum studio in gymnasio duplici corpus siccassem pila. » Prima autem paruae graecorum pilae species, secundum Antylli sententiam, carnẽ solidam reddit, brachijs, dorso atq. pullulantibus costis magnã vtilitatẽ praestat, cumque in ea exercitatione crura magnopere laborẽt, ad C acquirendum robur non parum proficiunt. Secunda exercitationis paruae pilae species praestantissima reputabatur olim, ꝙ corpus sanum, & promptum ad motus cum robore cõiuncto praestat, adspectum firmat, neque caput replet. Tertia vero species oculos, atque brachia iuuat, spinae propter inflexiones, quae currendo fiunt, cõmodum affert, crura propter cursum mirum in modum firmat. His porro omnibus paruae pilae speciebus cuncta illa cõuenire cẽseo, quae Galenus in libello suo illis dicato, paucis uerbis cõplexus est, uidelicet ꝙ tum animorum virtutem pariant, tum omnes corporis partes accommodate exercendo bonam corporis ualetudinem, ac membrorum concinnitatem efficiant. Pilae magnae species prima secundum Antyllum totum corpus firmat, cumq. ad deducendam infra materiam uehementer cooperetur, capiti in primis, cunctisq. superioribus partibus, non ignobile iuuamentum affert. de hoc lu-

Ca.4. & 5

Li.1.fen.3 doc.2.c.2.

2.de tu va. lib.1.c.18

Orib. lib. 6.collec. cap.32.

Lib.9. cap.vlti. do sermonem habuisse puto Alexandrum Trallianum, quando in D curatione priapismi sphaerae exercitium cōmēdauit, quo materia in diuersum retrahatur,& spiritus flatulētus digeratur. Secunda species,quae plus iusto magna pila peragitur dum proijcitur,& utraq. manu propter magnitudinē emittitur,brachia firmat,sed nimis duras plagas infert, ob idq. non modo aegrotis, aut conualescentibus est inutilis, uerum etiā bene ualentes immodica defatigatione afficit. Inanis pila,quam tertiā effecimus,aeque exercet,ac motoria, in qua curritur,attamen non admodum facilis est,neq. apta,atq. ideo li.9.c. vlt. omittendā eam esse consulit Oribasius ex Antylli sententia. Pilae, & magnae & paruae exercitationem vertiginosis obesse iudicauit li.9.c.vlti. Aretaeus,quoniā capitis,& oculorum circumuolutiones, atq. intētiones uertigines afferunt. Coryci exercitationem inter veloces adnumerauit Paullus, quas cum dictum a nobis sit corpora crassiora E lib. 5.chr. c.ult. attenuare, summa ratione Coelius Aurelianus ad diminuendā polysarchiā hanc exercitationē, quā a Graecis corycomachiā uocari 1.de diae. scribit,adeo probauit,secutus in hoc (opinor) Hippocratē,qui corycomachiā, & chironomiam idem praestare,quod lucta,tradidit. Hoc exercitationis genus iudicauit Antyllus musculosum corpus reddere, roburq. afferre, & praeterea uniuerso corpori aptari, nec non ob plagas,quas infligit, omnibus visceribus idoneum exsistere. Aretaeus item in elaphanticis κορυκοβολίας laudauit. si tamen quis plagas in pectore a coryco fieri solitas consideret, facile sentiet,eos, qui pectore debili uexātur,simili exercitatione periclitari,& quandoq. contingere posse,ut in thorace uasa rumpantur.Atq. tot,sūt q̄ de pilae Graecorum ludorum qualitatibus dici possunt. Succedūt lusus Latinorum genera,quae & ab ipsis quatuor speciebus comple F xa omnia in usum sanitatis recepta superius demonstrauimus. Horum primum locum obtinet exercitatio folle acta, quae uniuersum corpus exercet,sed dum brachijs impellitur, dorsum in primis atq. Li.1.chro. cap.4. brachia firmat. ob quod Coelium Aurelianum de hoc pilae ludo uerba fecisse existimo,quādo in epilepticis humeros sphaerae lusu exerceri mandauit:dum uero pugnis emittitur,manibus maior utilitas contingit: ambo tamen uiscera adiuuant, calculisq. a renibus, & vesica extrudendis mirifice conferunt,coxas,& crura imbecillia In eius uita.c.80.& 83. confirmant. Nam Augustum, qui huiuscemodi affectibus corporis solicitabatur, eorum gratia folliculi exercitiū(vt refert Suetonius) adamasse opinor:qđ cum praecipue superiores partes exerceat,ijs, qui citatam aluum habent,& quos tremor corporis exercet,non sine ratione Cornelius Celsus prodesse scripsit.Hanc etiam exercita- Li. 1.c.6.

tionem

A tionem intellexisse arbitror Plinium, cum Spurinae prudentissimi, & sanitatis studiosissimi viri rationem uitae obseruatam explicans, sese pila mouere, atque tali exercitationis genere cum senectute pugnare solitum scribit, ut vere dixerit Martialis: Epist. 3. lib. 3.

Folle decet pueros ludere, folle senes. Libro 4.

Pila trigonalis, quam paruam fuisse, & tertiae ab Antyllo speciei descriptae correspondere probauimus, eosdem plane, quos illa, effectus producit: peculiariter autem oculos exagitat, exercetq. dum eos intendere semper, & modo huc, modo illuc; modo sursum, modo deorsum conuertere necessarium est; quocirca iure merito Horatius huiuscemodi exercitationem lippientibus obesse cecinit.

Lusum it Maecenas, dormitum ego, Virgiliusq.
Namq. pila lippis damnosum & ludere crudis.

B sane lacrymosi atque lippitudine infecti oculi a quolibet, uel minimo motu magis exacerbantur: quies uero eos recreat, iuuatq. sicuti & crudos. diximus enim nullam exercitationē obeundam esse, nisi peracta cibi concoctione. Ex quo fit, ut neque pilae lusus ullo pacto conueniat, quibus crudi, atq. indigesti cibi stomachū adhuc male habent: veluti forte Virgilius alioqui stomacho debili natus, tunc erat, quando de ipso sic Horatius scripsit: ꝙ si qui sunt, quorum uentres, atq. stomachi flatibus repleantur, & prae frigore doloribus uexentur, tantum abest, ut exercitium pilae ipsis vllum nocumentum inferat, ut potius calefaciendo, flatusq. insigniter discutiendo non exiguam utilitatem praebeat. qua de re laudandus est Coelius Aurelianus, qui inter ceteras pro colicis curandis exercitationes pilae ludum praecipue commendauit: quomodo item stomacho imbe- li.4. chro. cap.7.

C cillibus simili ratione commodum esse tradidit Cornelius Celsus. lib.1. c. 2.

Paganica pila ob latitudinem atq. duritiem difficultate aliqua nō carebat, & iccirco potius rusticis, & duris corporibus, quam urbanis conueniret. hodie neque permittendum foret ualetudinarios, senes, atq. pueros huiusce generis motu exerceri. Harpastum, quod cum Graecorum harpasto conuenire demonstratum est, inter celeres, & uehementes exercitationes adnumerari debet: quo circa attenuare, excrementa exinanire, calorem augere, robur efficere potest: praecipue autem brachia, & humeros confirmat; quinimmo dum inuicē congredientes, seq. ne constitutus in medio excipiat pilam, mutuo vetantes laborant, maximum id vehementissimumque est, multis, utpote colli obuersionibus, multisq. palaestricis complexibus commixtum, adeo ut caput, & ceruix colli obuersionibus, latera uero, thoraxq. & uēter faciei elationibus, depressionibus ex- Gal.lib.de pil. par. cap.2.

pulsionibus, obnixibus, alijsq. palaestricis prehensionibus fatigentur, quibus etiam exercitationibus lumbi, & crura non parum tenduntur. Et iccirco, quemadmodum sanos ac robustos harpastum magis confirmat, ita eos magnopere laedere credendum est, qui vel caput debile, & collum infirmum habent, vel quibus in thorace vitium aliquod reperitur, aut qui renes, lumbosq. supercalefactos gerunt. Atque haec sunt, quae de pilae ludorum effectibus pro sanitatis studiosis ab auctoribus determinata inueniuntur. D

De luctae commoditatibus, & incommoditatibus. Cap. V.

LVCTA, quae fere semper ab antiquis in magno vsu, atque existimatione habita fuit, tametsi a medicis, uti diximus, non admodum ad sanitatem probata sit, hodieque a nobilibus negligatur, & quasi a solis rusticis eo modo, quo apud Priscos ab athletis, exerceatur, nonnulli tamen eam etiam pro sanitate tuenda, atque parando robore in usu habent, quos fortasse quamplures alij imitabuntur, si, quemadmodum hactenus effecimus, eius commoda, atque etiam incommoda ab auctoribus longa experientia, ac naturali ratione obseruata ipsis in medium proponemus. Quod etenim lucta vehemens, atque magna exercitatio sit, Galenus & Auicenna prae caeteris satis testatum reliquerunt. unde certum esse cuiuis potest, ab hac ipsa eadem proficisci, quae a similibus exercitationibus prouenire iam declarauimus: illud addendum erit, posse luctam sicuti antiquioribus temporibus, ita & nunc quadrupliciter fieri, alias supra pauimentum, quod genus a Plutarcho pancratium uolutatorium nuncupari praediximus: alias erecto corpore, ac vtrobique, modo vehementer, modo remisse. Neque id hoc in loco paeteriri debet, penes Latinos scriptores plerumque, aut saltem interdum sub nomine palaestrae luctam intelligi, perinde ac graeci nomine πάλης continuo fere illam ipsam accipiunt. lucta quae vehementer, atque erecto corpore peragitur, secundum Hippocratem externis corporis partibus magis laborem exhibet, carnem calefacit, corroborat, ac auget. Ex Antylli vero sententia firmum, & ualidum spiritum reddit, itemque corpus solidum, ac musculosum, neruos etiam confirmat, tandemq. naturales omnes actiones corroborat, praeterea carnem densam illam quidem, & exsiccatam, sed tamen ex omni parte paucam adijcit, pinguedinem, tumores, ac omnia oedemata aufert: si lucta fiat interposita aliquantisper quiete,

[Margin notes: E (beside "hodieque"); F (beside "uimentum"); "Lib. 2. c. 8" (beside "do vehementer"); "2. de diaeta." (beside "menter"); "Loco cita." (beside "cit, corroborat")]

A quiete,magis,ut ſentit Ariſtoteles, ſudorem mouet,quando humor a requie collectus, mox exercitatione educitur: ſin continua agatur,modo ſolis corpora exſiccare poteſt. Priuatim autem capiti prodeſt, in cuius dolore luctationem iugem adhibito magiſtro peractam laudat Coelius Aurelianus, ſenſus exacuit. ob idque fortaſſe Theodorus Priſcianus illam pro melancholicis curandis imperat, ſtomachum praeſertim frigidis oppreſſum morbis adiuuat. in quo palaeſtram corpus agitantem conferre, idem Coelius memoriae prodidit: non ſecus quoque frigidos uentres,ac genitalia membra, ſi quando humoribus,aut flatibus ſollicitantur, magno iuuamento afficit, cum maximis illi conatibus, motibusque vniuerſum prope corpus calefaciat; qua ratione Oribaſius palaeſtram ſiue luctam hydropiſim curare, Theodorus Priſcianus ſatyriaſim exſtinguere ſcriptis tradiderunt. B Ceterum huiuſcemodi exercitatio ob ipſius uehementiam febricitantibus omnibus inimica exſiſtit:ut non immerito ab Hippocrate fuerit acriter Prodicus reprehenſus, ꝙ luctationibus febrientes interficeret. Humidos natura haud quaquam lucta exerceri conſulit Hippocrates:hac obſcura ſatis ratione motus, ne meatus magis caui effecti repleantur:faucibus, & collo magnopere nocet:quae ſcilicet partes dum in compreſſionibus plus aequo compinguntur, diuelluntur q. dãna recipiunt. ueluti eueniſſe Commodo Marci Imperatoris filio ſcripſit Galenus, quem adhuc puerum ex lucta inflammationem oris paſsum fuiſse recitat. Iacobum inter luctandum neruum latum oblaeſiſse, ob idq. & ipſum in poſterum, & Iudaeorum gẽtes a neruorum eſu abſtinuiſse, auctor eſt Ioſephus C in fine primi libri Antiquitatum Iudaeorum. Ad haec thoraci ualde aliena eſt,cui uel uaſis alicuius rupturae,vel ſpiritus interceptionis ex conſtrictionibus magnum impendet periculum. unde non temere Galenus,ne ſuffocẽtur,periclitari luctatores dixit,qui ſimiliter renibus,& lumbis male affectis talem exercitationem fugiẽdam eſse uoluit,quanquam Rufus Epheſius,qui cum Critone ſub Traiano Romae in medicina floruit, conualeſcentibus a renum morbo palaeſtrã minime interdixit. In ulceribus internis uitandum uoluit Celſus,ne uel luctando, uel currendo, uel alia ratione ſaneſcentia ulcera exaſperentur. Praeterea cum inter luctãdum crura ſaepenumero inſigniter flectantur,debilitate crurum affectis aduerſari credendum eſt. Sed haec omnia intelligi debẽt de erecta palaeſtra vehementer facta. Quae vero remiſſius, & placide peragitur,uiceuerſa ſecundum Antyllũ carnem multam generat. ex quo fit, ut ijs,qui a morbis ſeſe reficere incipiũt,ſit ſuperiore accõmodatior,ac mini-

2. Prob. 7
Li.1.chro. cap. 1.
lib. 2. c. 2.
lib. 3. chr. ca. 3.
li. 6. c. 28.
Lib. 2. ad Tim. c. 21
6 Epid. cõ. 3. aph. 32.
1. de diaeta.
lib. de pc. ad Poſt.
4. de rat. ui in acut.
In 6. epid. com. 3. aph 6.
In libr. de paſſionib. renum.

mo periculo robur, & fortitudinē pariat:capiti, & thoraci prodest, D neruos corroborat. de hac locutum esse Plutarchum existimo, ubi scripsit Lycurgum corpora uirginum cursibus,luctationibus, iactibusq. discorum,& iaculorū exercuisse,ut,quemadmodum germinū radix ualidū in acribus terris principium sumens melius germinat, ita & hae partes robustae tolerātes,honeste simul,ac facile aduersus dolores pugnarent. Quae porro supra pauimentum efficitur luctatio,si credimus Oribasio, praecordia atq. intestina uitiata adiuuat, lumbos imbecillos, & genua infirma fortiora reddit, sed capiti est ineptior:uolutatio in palaestra,cum a Galeno inter celeres exercitationes recēseatur,ad extenuanda corpora accōmodata erit,sicuti pro minuenda polysarchia a Coelio commendata est, & ab Aetio si in puluere fiat,ad hydropisim curandam:eam namq. humores exhauriendo refrigerare auctor est in 11.de diaeta Hippocrates:at se- E cundum Galeni sententiam ijs magno studio fugienda erit,quos ex leui caussa uertigines,comitiales morbi,grauis ophthalmia,vel aurium dolores male habent.simili modo,& illis, quibus tonsillae, & angina incidunt,quibusq. prompte in columellam,gingiuas, dētes, deniq. partem aliquam ex his,quae circa collum,aut totū caput habentur,fluxiones procumbunt. Hactenus de lucta,circa quam oriri posset multis dubitatio, cur Galenus, qui gymnasticam artē omnibus alijs melius calluit, nō modo luctam fere nullibi ad quidquam cōmendauit,sed potius tāquam parum utilem, aut omnino noxiam damnauit:cum alias dixerit luctatoribus uasa pectoris rūpi,alias crura distorqueri,alias suffocari, alias luctam a bene instituta republica odio haberi. At huiuscemodi dubitationes ita dissoluere,licet, quod ex sententia ipsius Galeni uere palaestra, sine lucta,per quam F exigua gymnasticae medicinae pars exstat,omnibusq. exercitationibus homini minus utilis:siquidem secundum ipsum iaculari,currere,equitare,saltare,uenari,nauigare, fodere, q̄ lucta exerceri melius est:& sicuti athleticae,gymnasticae luctatio magis accedit,atq. inseruit, ita quoq. a medica lōgius recedit:unde non est mirū,si Galenus eius exercitationis facultates explicare noluit,quā in medicina minimā cōmoditatem obtinere credidit.Nos autem ea,quae ab alijs auctoribus tradita inuenimus,explicanda esse duximus, non ut Galeni auctoritatē ceteris,uel ipso superiorib.quos male de exercitationibus sensisse scripsit,uel posterioribus postponā;sed vt demonstrarem,si qua a lucta exspectari commoda debent, haec ab auctoribus indicata,& nulla alia fore. De ista namque apud Hippocratē scriptum inuenio,q' qui exercitationibus utūtur, hyeme currere,ac

In ei' vita.

loco citato.

5.d tuen. va.c.3.

Ad Thras. cap.41.

Lib. d sal. diaeta.

luctari

A luctari debẽt,aestate uero luctari quidem parum,currere autem minime,sed multum deambulare,secundum uentum,ac frigus. Quicumq. ex cursibus fatigati fuerint,eos luctari oportet;qui vero ex lucta fatigantur,eos currere expedit.sic enim laborans fatigata corporis parte,uel maxime calefieri,componiq. ac recreari queat.

De pugilatus,pancratij, & caestuum facultatibus. Cap. VII.

QVAMVIS inter ceteras exercitationes ad sanitatẽ spectantes pugilatus minimam sibi partem vindicare uideatur,potiusq. athletarum,quam ingenuorum hominum professionis specimen praeseferat:nihilominus si partes corporis,quae simili motu agitantur,accurate contemplemur,neq. illum sine aliquo fru
B ctu perfici statim iudicabimus:nam tum brachia,tum manus nõnullis vsq. adeo huius exercitationis ope firmantur,atq. consolidescũt, vt ẽt lapides,atq. ligna pugnis ferire,& magna spectantium admiratione confringere non dubitent:quos certe illis partibus optime ualere,firmaq. valetudine frui nemo negaret.ideo quicunq. brachijs, manibus,atq. digitis firmari,illisq. robuste uti exoptant,q̃ aptiorem exercitationem ista requirere debeant,nõ uideo:eo magis quod licet antiquitus ab erectis semper pugilatus exerceretur,potest tamẽ interdum necessitate urgente nõ minus à iacentibus, & sedentibus, quã ab erectis,& stantibus,seq. mouẽtibus peragi:sed differt non parum ab erectis ne,an secus peragatur:quoniã in erectis,& sese mouẽtibus primo quidẽ superiores partes exercitationis beneficium sentiunt,at inferiores quoque partes eo penitus non frustrantur, quod
C non contingit in iacentibus,vel sedentibus,quorum inferiora penitus ociantur. Nocet pugilatus capiti.neque satis mirari possum,cur Aretaeus in vertiginosis eum probarit:nocet auribus,& pectori, nimirum, quae dum admodum debilia sunt, a plagis illis, & pugnorum percussionibus magnopere offenduntur:a quibus similiter omnes illi cauere debent,quibus dentes infirmi, & labantes sunt. De manuum exercitatione memoriae traditum est ab Aristotele,quod 2. prob. 5.
exercentibus manus sudor magis emanat, si ceterae corporis partes similem habitum seruent: quoniam in ea exercitatione spiritus continetur, & partes sub alis cordi propinquae fricantur:ex qua frictione cum calor increscat,tum eius, tum frictionis poros recludentis ope humor faciliter a corpore extra euocatur. De his etenim exercitationibus omnibus locutum Philagrium medicum apud Aetium puto: quando nocturnum seminis profluuium exercitationibus

nibus per supernas partes factis curandum mãdauit. Quae frequentissime omnium ab athletis exercebantur, erant lucta, pugilatus, & Pancratium, luctae, atque pugilatus minimus quidem fuit in gymnastica medica usus: sed Pancratio multos, quibus aliquae corporis partes male afficerentur, se curasse gloriatur Galenus. ex quo sicuti Pancratio se exercentes toto corpore, ut Pausanias auctor est, certabant, similiter credere debemus, illud moderate peractũ uniuerso corpori ad robur acquirendum prodesse: uehementer si fiat, solum athletarum munus exsistere. Ad haec cũ a Galeno inter magnas exercitationes recenseatur, caliditatem augere, & consequenter frigidis habitibus apprime congruere, rationi cõsentaneum est: id quod intellexisse Theodorum Priscianum, quem alij Octauium Horatianum Vindiciani, Archiatrorum Valentiniani comitis discipulum faciunt, arbitror, quando scripsit hydropicos labore nimio, & continuis exercitationum quassationibus forsitan curari posse: ab Hippocrate edoctus, qui haec in v. Epid. scripta reliquit: ὑδρωπιώδεα δέον ταλαιπωρέειν, ἱδροῦν. quod item innuere uoluisse Coelium Aurelianum possibile est, ubi stomacho sollicitatos uarijs palaestrarum exercitijs adhibito praeceptore exercendos consuluit, ut inflationes, ac frigiditates illius remouerentur. quae omnia etiam de uolutatorio pancratio fere intelligi possunt. Pancratij species, quã diximus 2. lib. sub σωματομαχεῖν notasse Galenum, quod ad crassiores homines efficiendos mirifice conferret, indicauit ibi Galenus ex gymnastarum iudicio. quo in loco perperam Latinus interpres athletas transtulit. Caestuum exercitationes. de quibus apud medicos nullam prope mentionem factam inuenio, quin aliquod brachijs praesidium afferre valeant, negare minime possum: cum tamen exercitatio caestibus facta pugilatus species quaedam foret, atq. a Virgilio nomine quodam infami sub hoc uersu notetur.

Sin crudo fidis pugnam committere caestu.

In hanc sententiã uenio, caestus apud medicos, siue in tuenda sanitate, siue in curãdis morbis, siue in acquirẽdo bono habitu nullũ locũ habere, atq. ideo similẽ exercitationẽ penitus omitti debere. Ceterũ illud ignorari hoc in loco nolo, pugilatũ, & caestus exercitium absq. antagonista quandoq. vsurpatũ, tuncq. schiamachiae, de qua infra loquemur, & supra quoque locuti sumus, speciẽ quandã exstitisse, dum. s. pugnis, & caestibus aerẽ dumtaxat percutiebant. quae ꝓfecto exercitatio ueluti manus, atque brachia citra molestiã exercere ualet, pariter alteri cum aduersario factae praeferenda semper erit: nẽpe cũ plagis illis, atque ꝑcussionibus careat, quae plerumque

in

Marginal notes: 2. de tuẽ. val. c. ul. — 6. epid. cõ. 1. aph. 6. — li. 2. ad Timot. — Prope finem. — Li. 5. Aen. — Li. 3. c. 4.

Signatures: D — E — F

A in huiuſcemodi pugnis vtrumq. certatorē magna moleſtia afficere ſolent. quocirca ſi aliqui hoc genere exercitationis delectati, aſſuetiue (nã & Galenus ipſe in exercẽdis hominibus magnopere aduertebat, qua quis exercitatione delectaretur, cuiue aſſuetus foret) brachia, humeros, & manus corroborare, agilioresue reddere percupient, poterunt citra ullius noxae periculũ ſeſe dumtaxat aduerſus aerem in illo exercere, atq. eo pacto ſine plagis, & grauibus percuſſionibus, delectationem, ac utilitatem optatam ſimul aſsequi: modo in reliquis ea omnia ſeruentur, quae in cunctis exercitationibus obeundis ſtudioſe obſeruanda eſse in libro quarto docuimus. 2. de tue. ua. c. vlt. Ca. 10. 11 & 12.

De curſus natura. *Cap. VII.*

B SIcuti pugilatum priuatam manuum exercitationẽ paucos uſus apud medicos habuiſse oſtẽdimus, ita curſum, quo pedes fere ſoli exercentur, maximae utilitatis exſtitiſse, & proinde a medicis, atq. gymnaſtis ſaepius cõmẽdatũ fuiſse demonſtrabitur. Cum etenim a Galeno inter illas exercitationes reponatur, quae veloces ſunt citra robur, atq. violentiã, negare haud poſsumus, quin corpora attenuet, carnes atque ſuccos minuat. id quod clariſſimis uerbis antiquiſſimus auctor Hippocrates, nec non Galenus ex gymnaſtarũ, & medicorũ ſententia aſseruerunt. Eſt tamen in curſu agendo multiplex diſcrimen, quod alius uelocius, atque uehementius; alius remiſſius, & placidius peragi poteſt: & hac ratione illius effectus uariari neceſse eſt, quemadmodum etiã currendi modi, dum uariantur, alij in rectũ, alij in obliquũ, alij ante, alij retro, alij circulariter, alij nudis corporibus, alij tectis, alij C per plana, alij per inaequales, uel montuoſas uias aguntur. Curſum quẽcumq. febrientibus detrimentũ afferre, prudẽter traditũ eſt ab Hippocrate, & a Galeno, quem a nemine aegrotos curſibus curari ſcribentẽ de ſolo uehementiore ſermonẽ habuiſse ſentio, quando etiã in libro de paruae pilae ludo, illũ veluti non ſalubrẽ, & plus aequo uniuerſum corporis habitum extenuantẽ, nihilq. uirilis exercitationis habentẽ iure improbauit. De hoc itẽ currendi genere locutus fuit Antyllus, ubi curſum uehementẽ exercitatiõnẽ nuncupauit. alioqui Galeno repugnantẽ ſententiam tuliſset. Eſt igitur curſus uehemens ferè ad ſanitatem defendendam noxius potius, quam utilis, ſiq. ullum iuuamẽtum affert, proculdubio carni, atque immodicae pinguedini tollendae confert, ueluti cõprobauit Coelius Aurelianus. confert quoq. ex Hippocratis ſentẽtia ualde humidis corporibus, quo & ipſa humore exinaniantur, & humor amplius, atque citius

2. de tue. ual. c. 10.

6. epi. cõ. 3. aph. 2.

6. epid. con. 3. Apho. 31. ibidem. Aph. 2.

lib. 4. chr c 4. 1. de Diaeta.

citius sistatur. ob quod & in splenis aegritudinibus quibusdam stre- D
nue adeo iuuare reperitur, ut Aetius Amidenus se aliquos nouisse
referat, qui solis cursibus, & deambulationibus ab omni affectione
sint liberati. Legitur apud Plutarchum in Demosthene Orchome-
nium Laomedontem ad repellendum splenis uitium ex medicorũ
praeceptis longis cursibus vsum, atq. ita corpore laboribus subacto
certaminibus sese dedisse sacris, & inter optimos euasisse Dolicho
dromos. Peculiariter uero ijs valde nocet, qui capite aliquo pacto
5. partic. male afficiuntur, ex quo Aristoteles quaerens, cur, qui detrahere ad
prob. 9. ima genus omne excrementorũ putatur, cursus si velox fiat, tam in
hominum genere, quã in ceterorũ animaliũ facit, ut capita a morbo
tententur, dicit id eo euenire, quoniam motus velox, cum uires in-
tendit, & spiritum retinet, caput concalfacit, eiusq. venas mirum in
modum inflat, attrahentesq. reddit facultatis externae, ut frigoris, E
& caloris, praeterea quae in pectore sunt, sursum attrahi cogit, ex
quibus omnibus locũ superiorem aegrotare necesse est; & iccirco
li. 2. ad Ti sapienter Theodorus Priscianus scriptũ reliquit, cursum uehemen-
mot. c. 2. tem epilepticis esse penitus inhibendum. Cursus moderatus, atque
placidus ad corpora ꝑ belle calefaciẽda, ad nuturales actiones cor-
roborandas, ad appetitum excitandum plurimum valet; priuatim
autem defluxiones, atq. catarrhos curare, & aliorsum uetere ido-
neus est. & iccirco ab Aretaeo talis pro vertiginosis commendatur,
sicut, & pro elephanticis ab ipsomet, atque a Celso, qui, vbi sicca
tussis aliquem exercet spiritu retento, sed non in puluere, cursum
commendat, uti etiam in faucium interiorum exulceratione, nec
non eo morbo quem Graeci κυνικὸν σπασμὸν nominant. licet enim
primum defluxiones excitare uideatur, eas tamen tractu temporis F
postea cohibet, & ob id ischiadicis prodesse perhibetur, in quibus
cursus initio uix crura moueri possunt: sed ubi in medio sunt, ita
properant currentes, ut morbi propemodum obliti uideantur. Sto
machum strenue firmat, uentres a flatibus, & frigidis passionibus li-
berat: ut non sine ratione ipsum in curandis colicis adhibendũ con
lib. 3. ser. 2 sulat Coelius Aurelianus, sicut, & Aetius in hydropicis: splenis tu-
cap. 28. mores deprimit, & ob id merito Theodorus Priscianus spleniticos
li 2. ad Ti
mot. c. 25. cursum appetere debere praedicauit. In renum morbis, & seminis
profluuio se cursum adhibuisse, tamquam adseruatum quoddam
Oribas. 6. praesidium memoriae prodidit Antyllus, quemadmodum, & ijs,
coll. ca. 22 quorum uiscera torquentur, & qui fungos esitarunt, uel a scorpio-
nibus icti sunt, eundem profuisse obseruauit. quae tamen senten-
tia in cunctis renum affectionibus minime probanda est: quoniam
si

A si patiantur ulcus, siue nuper sint passi, a cursu non parum detrimenti capere credidit Rufus Ephesius. Quod praeter haec talis exercitatio pedes, atq. crura, quorum propria actio exsistit, non parũ adiuuet, compertum habetur apud omnes. Cum igitur tot cõmoda secũ uehat cursitatio, non sine quoque aliquibus incommodis (quae est communis remediorum omnium natura) haberi potest. Eam namque in primis laboriosam esse, magnus philosophus Aristoteles probauit, vbi currentem ambulanti comparans, illum magis laborare persuadere conatur, quoniam elatus, atque pendens corpus supra se totum sustinet, ambulans vero parte insistente uicissim sustentatur, quasique parieti admotus requiescit. qua ratione item cõtingere dixit, ut currentes potius quã ambulantes cadamus. Cursus praeterea eodem auctore carnem refrigerat, nec alimẽti reddit capacio- lib. de affe ren. 5. partic. prob. 38. 5. partic. prob. 91.

B rem; nimirum cuius pars in imum conuertitur, pars a naturali calore penitus extenuata transit in spiritum; neque vero huiuscemodi exercitatio suapte natura ullum effatu dignum nocumentum generat. si tamen uel caput, vel thoracem nõ admodum firmum, vel vrinam ardore solicitantem inueniat, profecto morbos uarios generat. id quod de capite Auctor quarti de acutorum uictu libri significare uoluit, dum nonnullos ob cursum capite dolere scripsit. Aph. 115 Quod item clarius confirmat Cassius Iatrosophista, qui magna celebritate, & incredibili lucro, ut Plinius testatur Romae medicinã Li.29.c.1 aetate Cornelij Celsi, a quo ingeniosissimus uocatur, exercuit. Hic enim in problematibus suis medicis caussam sciscitãs, qua illis, qui leniter mouentur, si prius capitis grauitate laborent, post motum sese leuatos sentiunt; qui uero currunt, & si nullam antea grauita-

C tem perciperent, post cursum capite grauantur: ideo euenire dicit, quoniã in sese placide mouentibus materiae ad inferiora descendẽtes ibi firmantur; in currentibus autem, licet humores ad infima labantur, illico tamen ad superiora resiliunt, ueluti cõtingere in pila super pauimentũ iacta cernitur, quae si blande iaciatur, inibi quiescit; sin uiolenter, statim supra resilit. De thorace autẽ legitur apud Galenum, currentium spiritum anhelum, atque asthmaticum reddi, necnon interdum aliquod ipsis uas in pulmone, aut pectore rumpi. quod non tantum intelligi debet de illis, qui ad eum affectum prius dispositi erant, verũ de alijs uehementer currẽtibus. Achanthio enim ille Plautinus cum ad Charinum uelocissime cucurrisset, dicit ex cursu rupisse ramicem, & iamdudum sanguinem sputare. sub ramicis nomine (ut fusius diximus primo Variarum lect. cap. 2.) pectoris uenas latiores instar uaricis significãs. Alioqui scri- 6. Epid. com. 2. 7. Metho. In Meth.

ptum

5. prob. 16 ptum est ab Aristotele, eos, qui non concitate admodum currunt, D numerose spirare, quod ipsorum motus proportionatus efficitur, modumq. respirandi sensibilem praestans explicare numerum ualet. illis, qui uel in bubonibus, uel alibi rupturas patientur, cursum lib. 3. c. 53 cauendum praecipit Paullus. Ad haec ardorem urinae ex cursu augeri, & homines testari possunt, & cerui, qui inter currendum vsque adeo huiuscemodi ardore stimulantur, ut, nisi mingant, facile capiantur. quam rem animaduertentes sagaces uenatores, eos prosequuntur, nec mingendi ipsis potestatem faciunt. Cursum item hepate laborantibus, necnon renibus male affectis inimicum esse, lib. 4. c. 8. traditum est a Cornelio Celso, & ab Ephesio Rufo. Atque haec omnia de cursu recta in anteriora facto a me explicata sciantur. pro ibidem quo id silentio nō esse praetereundum duco, quod Aristoteles scri- pro. 36. ptum nobis reliquit; videlicet, eos, qui cursum concitate agunt, E conuulsionibus maxime corripi, ubi quis inter currendum eis obstiterit: quandoquidem ea potissimum conuelluntur, quae in partem contrariam vehementer trahimus, atque mouemus. unde si homini currenti, vehementerq. membra ultra propellenti quis ob uiam factus obstiterit, accidit ut in partem contrariam ea retorqueantur, quae adhuc ante pertendunt, atque proripiunt. itaque conuulsio tanto vehementior incidit, quanto cursus contente magis agitur. Cursus insuper recta ad anteriora factus, atque longus 2. de diaet. ab Hippocrate nuncupatus, secundum eius sententiam si sensim fiat, calefacit, & carnem diffundit, uerum corpora tardiora, atque crassiora reddit, multaq. comedentibus utilitatem praestat. At re- Oribasius Loco cita. cursus in posteriora secundum Antyllum non celeriter initus, capiti, oculis, tendinibus, stomacho, & lumbis accommodatus, atque F utilis est; iccirco non replet caput. Circularis uero cursus secun- 2. de diae. dum Hippocratem carnem minime diffundit, attenuat autem, distendit carnem, & ventrem maxime: proptereaq. acutissimo spiritu utentes humiditatē in se ipsos celerrime trahunt. qua ratione ab In lib. de insom. ipso in ijs commendatur, qui nigra astra in insomnijs uident, nempe quibus morbus forinsecus immineat. Caput valde offendit, ver- li. de Vertig. tiginesq. ut Theophrastus scribit, abunde suggerit; thoracem, & crura uitiat; ideoque repudiari omnino debet. Sunt cursus per accliuia magis laboriosi, magisq. thoraci, & cruribus inimici; similiter, & per montes: per decliuia uero caput uehementius afficiunt, uiscera omnia quassant, coxas debiles perturbant; per plana cursus illa omnia praestant, quae iam declarauimus. Ceterum qui tecto corpore obeuntur, & sudorem mouendo magis humectant,

&

A & carnem calefaciunt.ideoq. Coelius Aurelianus capitis dolore laborantes,ut uestitos currere faciamus,magnopere curandum praecepit;quemadmodum Theodorus Priscianus scriptis mandauit,cursum cum uestibus laneis peractum asthmaticis prodesse; hunc tamẽ decoloratiora corpora efficere; quoniam sincerus spiritus allabens ipsa non depurgat,sed in eodem spiritu exercentur; auctor est Hippocrates,qui tamen eundem in illis probauit,qui stellas deficientes in insomnijs,vident, quod secretionem in corpore humidam ac pituitosam factam,& in externam circumferentiam illapsam esse significetur.Qui porrò nudis corporibus efficiuntur,sicuti magnam sudorum copiam eliciunt,ita generose per occultos halitus euocant humores,corporaq. magis deurũt.quocirca Aristoteles sudorem, qui corpore nudo currenti prodierit, etiam si minor sit, magis laudat, B quam qui sub ueste se prompserit,argumento illorum,qui nudi cursum aestiuo tempore actitant,quiq. coloratiores redduntur.indutis currentibus non ob aliud certe,nisi quod,vt omnes qui loca libera, & adspiratiora incolunt,melius colorantur ijs,qui impedita,& silentia tenent,sic etiam se ipso quisque coloratior est, cum ueluti spiritui afflanti placide patet,quam cum perstrictus,obductusque a calore nimio angitur.quod certe ijs accidit magis,qui uestiti percurrũt, & qui nimis dormiunt,quippe qui ueluti adstricti, & propemodum strangulati,minus reliquis se se modico somno recreantibus colore florent.Cursum vniuersim acceptum magis hyeme,quam aestate ex vsu esse credidit Hippocrates,siue Polybus in secundo de diaeta libro.ex aduerso Oribasius tum hyeme, tum aestate media conuenire sensit. C cuius forsan sententia uerior iudicabitur, si sudorem quis aestate magis, hyeme minus procurandum cum Aristotele arbitratus fuerit. sed de hoc iam supra abunde disputauimus, nec quidquam amplius remanet, quod ad finiendum hanc cursus tractationem pertineat.

Li. 2. ad Timot. c. 12.
2. d diaeta
lib. de Insom.
2. partic. prob. 30.

Quid praestet saltus. *Cap. IIX.*



SALTVM inter vehementes exercitationes, quae ex robusta atque celeri componuntur,collocandum iudicauit Galenus,& praesertim illum, qui sine ulla intermissione iugiter continuatur; qua de re ipsum calorem natiuum augere,& cõcoquendis cibis, crudisue humoribus conferre apud omnes pespectum est, licet postea capiti, atque pectori nocere

re

re ex eo constet;quod in huiuscemodi exercitationibus alterum ve D
hementer concutitur, alterum in inclinationibus, atque dorsi inflexionibus comprimitur, & ex compressionibus mox uasa tam pectoris, quam pulmonis franguntur: ut euenisse interdum narrat
5. Meth.a Galenus. Hoc praeterea saltui commune inest,ut grauidas mulie-
In prin.de nat.puerl. res abortiri facillime faciat:neque istud ab Hippocrate solum,ceterisq. vetustissimis auctoribus,ubique confirmatum est;verum etiam ipsa rerum parens,optimaq. magistra natura nos vberrime edocuit, nimirum quae capreas, & cetera brutorum genera saltantia firma-
14 de usu partium. mentis quibusdam, ut indicat Galenus, muniuit, ne ligamenta, quibus foetus in utero continetur, dum illa saltare coguntur,faciliter disrumperentur; quod munimen cum humani generis foeminis nequaquam concesserit, opinor eam eo consilio id effecisse, ut cognoscerent homines,dum mulieres in utero gerunt, quaslibet sal E
tandi occasiones ipsis effugiēdas esse. Multae sunt saltus species,quarum duas Oribasius Antyllum secutus nominauit, exsilitionem uidelicet,atque saltum ita proprie uocatum. de exsilitione,quae quodammodo cursui adsimilatur, hanc sententiam tulit, illam diuturnis capitis morbis accommodari,thoracem adiuuare,cum inflexionibus ualentibus careat; materiam,quae ad partes superiores rapitur,ad inferiora reclinare, cruribus imbecillis, sese non alentibus, excarnibus, stupidis,atque tremulis praesidium afferre.hanc etiam
in ei' uita cap.83. intellexisse opinor Suetonium, ubi Augustum ambulare solitum, ita,ut in extremis spatijs subsultim decurreret, scribit, quasi sic infirmitati coxendicum femoris, & cruris sinistri, necnon uesicae calculis,quibus afflictabatur,saepe occurreret. De saltu uero proprie sic appellato dixit, eum materiam infra exactius deducere,sed F
quia thoracem nimis, & uiolentia motus, & magnis inflexionibus concutit, eius affectionibus minime conuenire; uerumtamen, & ad motum, & ad actiones promptum corpus ualde reddere; quod
Li.2.c.11. si ad nates efficiatur saltus, qualem Lacaenarum mulierum fuisse iam diximus, caput,ex eiusdem Antylli sententia,peculiariter pur-
Li. 1.cur. chr.c.1. gat,& purgando siccat. atque de hoc mentionem fecisse Aretaeum puto, ubi in uetere capitis dolore saltum, & ξυνευπαίδευτον ἀ:είλησιν laudauit, sicut, & ἀφαλσιν in uertiginosis. euocat etiam menstruas mulierum purgationes,& foetus nimium adhaerentes expel-
In li. de na. pueri. lit, quemadmodum Hippocrates testatum reliquit; secundas quoque retentas quassationis merito deijcit, necnon uterum, qui supra sese contraxit,in suum locum trahit,haemorrhoidas prouocat, lapillos ex renibus ad uesicam detrudit: genibus tamen ob conti-

nuas,

A nuas, & nimis violentas flexiones, summopere nocet. Qui uersus
altum peraguntur saltus, sicuti coxas iuuant, ita pectori detrimen-
tum afferunt: qui ad inferiora fiunt, caput a superfluitatibus, quas
reclinant ad infimas partes, emundant, crura corroborant; cete-
rum viscera omnia uehementius quassant, & ob id etiam qui uel
hernias patiuntur, uel quas uocant alias crepaturas, vel varicibus
crura tumida gerunt, huiuscemodi exercitationes summo studio ex
Paulli sententia uitare debent, sed & podagrici omnes, & qui leui lib.3.c.53
qualibet de caussa a destillationibus ad pedes, tumoribusque om-
nibus molestantur. saltus igitur hi sunt effectus, quem ubi purgatio
ac phlebotomia necessaria est, nec uel aetatis ratione, vel ob ali-
quod aliud impedimentum ulla earum administrari potest, pro ip-
sis supplere, redundantesque humores exinanire manifestauit Gale 6. epi. cõ. 3.aph.2.
B nus; licet postea apud uarios medicinae auctores, & potissimum
apud Rufum Ephesium inuenerim, eundemmet saltum ijs obesse, Lib. de pas
qui facile sanguinis mictum, aut fluxum, quiue renum imbecillita- sionib. ren.
tem, ac feruorem incurrunt, necnon vlcus in ipsis aut habent, aut
mox habuerunt: quinimmo etiam sanis renibus interdum a saltu
ualido frangi uenas, scriptum est apud Aetium. quae omnia de sal-
tu simpliciter facto intelligenda esse uolo. Qui enim manibus vel
lapide, uel plumbo, uel aliquo alio plenis saltare nituntur, ab alijs
in hoc differunt, ut dicebant Aristoteles, & Theophrastus, quod il- 5. partic.
li inanem iactantes manum maiorem brachio laborem pariunt: hi pb. 8.1 li.
uero minorem; siquidem brachium inani iactatione quasi con- περὶ κό-
uellitur, cum in nulla re nitatur; in iactatione uero pondusculis που.
C manu apprehensis facta, nulla huiuscemodi conuulsio contingit,
quando saltans id manibus tenet, qui quasi nititur, quo minus fa-
tiscat, haud aliter, atque currentes, qui dum manus inuicem qua-
tiunt, uelocius procurrunt, quam manibus tensis, atque otiosis;
quoniam ita quasi sese sustentant, in eaque manuum diuaricatione,
& explicatione innixi uehementius, firmius, & consequenter uelo- Aristo.lib. de cõi aĩa
cius mouentur. liũ gressu.

De Halterum condicionibus. Cap. IX.

HALTERIBVS factam exercitationem duram esse, atq.
vehementem, praeter Antyllum, comprobauit quoque Orib.li.6.
ipse Galenus, dũ in huiuscemodi ponderibus apprehen ca.34.
dendis, iactandisque musculos omnes, atq. neruos, uali- 2.de tu.va.
dissime intendi confessus est. qua ratione efficitur, ut affatim cor-

pus calefacere haec exercitatio idonea sit, & praesertim dorsum, D
quod maxime in iactandis halteribus satisfacere uidetur; praeterea
carnem creat; priuatim uero superiores partes ab illa exerceri me-
6.ad tu.va. moriae mandauit Galenus: cuius ratione ante ipsum Aretaeus hu-
cap.14. iuscemodi exercitationẽ in antiquo capitis dolore, qui paullatim
finiatur, usu probauit, ueluti etiam in coeliacis & uertiginosis. Sed
Oribasius Antylli auctoritate humeros ipsam exercitare, stoma-
choque, quem diffluxio infestat, quiq. imbecillus est, & in quo ci-
bus acescit, siue cum labore concoquitur, accommodari scribit: lau
Li.5. chr. dat in arthriticis Coelius Aurelianus, ut primo manibus cera emol
cap.2. lienda detur, aut manipuli teneantur, quos palaestritae halteras ap-
pellant, tum primo cerei, siue lignei cum paruo plumbo interclusso
mouendi porrigantur, deinde grauiores pro modo profectus: Ga-
6.ad tuen. lenus cuidam, qui mordax, praecalidumque semen inter emitten- E
va.c.14. dum sentire non tantum se, sed etiam mulieres, cum quibus rem ha
beret, referebat, inter cetera auxilia, sese halteribus exerceret, sua-
li.9. c.ult. sit: quem postea secutus Alexander Trallianus in priapismo curan-
do huiuscemodi exercitationem commendauit, quod animaduer-
teret ipsam non modo ad retundendum, infirmandumque semen,
uerumetiam ad materiam in diuersum trahendam, spiritusq. flatu-
de comp. lentos digerendos conducere. similiter quoque Galen. in ulcerum
me.per ge crurum curatione, nisi quid aliud impediat, halteribus peractam
nera.ca.2. exercitationem probauit, propterea quod sic impeditur, quo mi-
6.epi. cõ. nus humores vlceribus noxijs ad partes inferiores delabantur. Idem
3.aph.2. etiam, ubi purgatio, aut phlebotomia requiritur, nec eas aetas, aut
aegrotantis uoluntas permittit, loco ipsarum supplere iudicauit.
Verum enim uero, neq. capiti, neq. thoraci similem exercititionem F
congruere ullus affirmaret, quorum alterum nimis, atq. inaequali-
ter agitatur, alterius autem uasa, ne ob maximam, qua brachia utun-
tur, uim aliquo pacto labefactentur, periculum imminet. Quam
rem fortasse cõsiderans Martialis, fossionem, quam Galenus, & exer-
citationem simul, & opus fecit, sicut supra ostendimus, huic exercita
tioni proposuit sub hisce uersibus.

Lib. 14. *Quid pereunt stulto fortes haltere lacerti?*
Exercet melius uinea fossa viros.

Huius cum secundo libro tria fecerimus genera, Primum ea om-
nia praestare creditur, quae iam enarrauimus: Alterum uero par-
ticulari quadam facultate crura, neruosq. confirmare, & materiam
deducere scripsit Antyllus; ueluti & tertium spinam, illaque iuua-
re, & mollire, sed caput pessime afficere dixit. Vnum illud hisce
omni-

A omnibus adiungere opportunum duco, quod quamuis hac tempestate figura illa halterum antiquorum a Pausania descripta in usu non habeatur, cum tamen loco eorum apud alios massulae plumbeae, ferreaeue, apud alios lateres ac lapides ꝓpe sphaerici, & graues vsurpentur, nihil figura illa refert ad uariandos effectus, efficiendumue, ne eadem facultas tam in usu nostrorum, quam in priscorũ inueniatur, eo magis quod haud secus qui hodie sese exercent in lapidibus, uel massulis proijciendis, brachia, dorsum, omnesq. superiores partes mouent, contorquentue, ac faciebant antiqui halterũ exercitatores. ut hac una ratione omnes effectus a nobis supra expositi in nostris etiam exercitationibus expectari debeant. 5. Eliacor.

De disci, atque iaculationis effectibus. Cap. X.

B



DE disco quamuis apud medicinae probatos auctores, paucam omnino mentionem factam inueniam, ob idq. fortasse locus iste dimitti postularet; quoniam tamen a Galeno proditum fuit, disci iactum, nedum exercitationem apud antiquos exstitisse, in gymnasijsque fieri solitam, uerum etiam inter uehementes exercitationes haud postremum locum obtinuisse, atque hodie quoq. apud multas nationes in usum exercendorum corporum uenire, proinde siccis (ut aiunt) pedibus praeterire illum omnino nolui. Quo circa in primis sciendum erit, hanc exercitationem, modo in ceteris non delinquatur, accommodate calefacere, & propterea frigidis corporibus, atque illis, quibus ueloces exercitationes negantur, perfecte conuenire,
C necnon imbecillos, & inferioribus membris inualidos moderate corroborare. cum etenim magni, atque vehementes obnixus in lõgius discum proijciendo requirantur, fit ut uehementia motus, ac musculorum intensione artus magis solidescant, & ab excrementis purgentur. cuius purgationis merito consuluit quandoque Galenus, ut, si quando purgatio, & phlebotomia requireretur, nec ipsae aliquibus impedimentis adhiberi posſent, earum uice per discum facta exercitatio admitteretur, quae nimirum id praestaret, quod in phlebotomia, & medicamentorum purgatione, exoptaretur: peculiariter autem exercitatio ista brachia, lumbos, ac denique uniuersum dorsum corroborare idonea est, quae scilicet partes in ipso maxime omnium agitantur: in vertiginosis quoque ab Aretaeo commendatur. Ab illis uero magnopere euitari debet, quicumque aut renes, aut thoracem male affectos habent: nam il- In 6. epid. com. 3. aph. 2.

li feruidiores, atque flaccidiores redditi incredibilē quandam dis- D
solutionem contrahunt; huius interna aliqua uasa, ut testatum fecit Galenus, non raro disrumpuntur. Et ne quis credat, eandem exercitationem exstitisse halterum, atque disci, sciendum praeter
Li.2.c.12. uariam utriusque figuram iam a nobis in superioribus libris declaratam, hoc quoque discrimen habuisse, quod halteres uarijs contorsionibus altius agebantur, discus uero, etsi in altum proijceretur, tamen longitudo spatij iactatione peracti potius metiebatur eo ferme pacto, quo hac tempestate faciunt, qui sese in lateribus oblongis proijciendis exercent, in quibus ijdem effectus uidentur, qui olim in discobolis uisebātur. Iaculatio porrò sicuti a disci iactu parum in ipsa proiectione differre uidetur, ita quoque uires similes, & ad nocendum, & ad iuuandum obtinere credendum est. quo fit, ut pauca de hac exercitatione nobis dicenda relinquantur. Illud mi- E
nime silentio obuolui debere sentio, ueteres scilicet non sine mysterio Aesculapium, atque Apollinem, ambos medicinae auctores, ambos sanitatis magistros arti iaculādi tamquam Deos praefecisse; nimirum hac sententia innuentes, huiuscemodi exercitationem bonae ualetudinis conseruationi, bonique habitus acquisitioni strenuam opem afferre. cuius exercitationis postquam plures species effecimus, alias a iaculorum, siue sagittarum uarietate desumptas, alias ab arcubus seu balistis, quibus illae emittuntur, acceptas, omnes eandem plane facultatem possidere autumo, nisi quod eos, qui in ferreis uocatis palis iaciendis exercentur, hoc admonitos uelim, ut magnam curam adhibeant; quoniam saepe numero peritonaeum disrumpi, intestinaque in scrotum descendere, & per consequens hernias in similibus exercitationibus generari experientia F
compertum est: cumque in emittendo maxima uis, atque intensa spiritus retentio adhibeatur, pectori adstricto, atque infirmo huiuscemodi iaculationem aduersari puto. Non est quoq. illud ignorandum, quod Marcus Tullius memoriae prodidit, Philoctetem,
5. de finib. bo.& mal. dum cruciaretur, non ferendis doloribus propagasse tamen uitam aucupio sagittarum iaculatione facto.

De

A De deambulationum qualitatibus. Cap. XI.



I vllum eſt exercitationis genus, quod illis, qui ſanitati operam nauant, maxime quaerendum, atque cognoſcendum ſit, quodq. ceteris quibuſcumque frequentius a cunctis ferè hominibus, omniq. tempore exerceatur, unam proculdubio deambulationem eſse nemo negabit: ſi quidē nullus eſt, ſiue puer, ſiue adultus, ſiue ſenex, qui non modo eam praeſtantiſſimam, ſed ſolam exercitationem non credat. pauci tamen reperiuntur, qui uel ratione, uel longo vſu, quibus quaeque corporis partibus, & proſit, & noceat, perfecte animaduerterint: id quod eueniſse exiſtimo, cum ob uarias illius ſpecies, tum ob poſteriorum hominum incuriam, qui & in huiuſcemodi rebus, & in
B quampluribus alijs antiquioribus negligentius, atque oſcitantius ſeſe geſserunt. Quamobrem operaepretium facturum me eſse ſpero, ſi, deambulationum ſpecies praecipuas recenſens, conſequenter quid unaquaeque tam boni, quam mali efficere valeat, demonſtrauero. ſed duo ante cetera ab omnibus conſiderari cupio. Primum quod ſaepe inuenire eſt apud auctores medicinae Graecos, & Latinos, praecipi ſimul ambulationes, & exercitationes; quaſi illae ab his ſeparatae, nec exercitationes ſint. quorum ſententias ſic interpretari uolo, ut ſemper, dum ipſas ſeiungunt, ſub nomine exercitationum, eas, quae propriè ita appellantur, ſignificent; cum ambulationes communiter, & non propriè exercitationes appellari mereantur: Alterum eſt, duas Galenum, & eos, qui ipſius doctrinam ſecuti fuerunt, deambulationis principales ſpecies tradidiſſe,
C alteram apotherapeuticam a medicis nuncupatam, necnō poſt relictos aliarum exercitationum labores adhiberi ſolitam, de qua nō eſt nunc inſtituti noſtri multa uerba facere; alteram ſimplici nomine deambulationis appellatam, qua uti auxilio quodam, aut in affectis corporibus ad reparandam ualetudinem, aut in ſanis ad conſeruandam, atque augendam maiores utebantur, noſque uti poſſumus. atque de hac erit tota noſtra tractatio; cui ideo Galenus nullam propriam differentiam, ut fecit in ceteris exercitationibus, aſſignauit; quoniam, cum tot ſpecies habeat, non parum diuerſas, ſub unica illas omnes differentia comprehendere impoſſibile uidetur. Deambulationes itaq. diuiduntur, tum a motu ipſo, a quo (ut ſic dicam) earum eſſentia exſiſtit; tum a loco, in quo perficiuntur; tum a tempore. A motu, quoniam aliae celeres ſunt, aliae tardae, aliae vehementes, aliae remiſſae, aliae multae, aliae paucae, aliae

mediocres, aliae longae, & rectae, aliae breues, & reuersiuae, atque D
hae, uel totis pedibus, uel summis digitis, vel calcibus. A loco, quoniam aliae fiunt in montibus, aliae in uijs planis; & quae in vijs planis, aliae in inaequalibus, aliae in aequalibus, & uel sub porticu, vel sub Dio, uel sub Sole. A tempore, quoniam aliae fiunt hyeme, aliae aestate, aliae mane, aliae vespere, aliae ante cibum, aliae a cibo. Tot enim deambulationum discrimina (ne minutius rem partiar) apud auctores, atque ex ipsa rei natura, experientiaue reperio: quarum nonnullae sane possunt esse apotherapeuticae, sicut apud antiquos

Oribasius 6.colle. cap. 21.

fuerunt. At non est ignorandum, tunc illas in usum venire, quando iam confectae sint grauiores exercitationes, siue post purgationes, quas medicamenta fecerint, & post sublitionem oculorum, & post copiosum uomitum: atque hoc deambulationis genus aptum est animum remittere, spiritum commutare, in ordinemq. adducere, E
quae distenta sunt soluere, itemq. thoracem purgare, & facilem respirationem reddere, instrumenta sensus roborare, uentriculum firmare, &, quod maximi refert, omnem affectionem, quae lassitudinis sensum infert, quaeque perturbat, explicare, atque dissoluere.

2.de diaet. ppò finē.

de ista loquebatur Hippocratres quando scripsit, deambulationes post exercitationes corpora pura reddere, attenuareq., minime uero permittere, ut caro prae labore colliquetur, sed ipsam purgare. Atqui deambulationum simpliciũ mediocris ceteris omnibus ma-

16. famil. Epist. lib.

gis ex usu est: de qua intelligendus est M. Tullij locus quando is Tironi consulens, ut ualetudinem curaret, ab ipsa quinque postulari scripsit, πέψιν, ἀλυπίαν, περίπατον σύμμετρον, τέρψιν, εὐλυσίαν κοιλίας, idest ciborum coctionem, tristitiae carentiam, ambulationem moderatam, oblectationem, & alui solutionem facilem. medio- F
crem autem appello ambulationem, quae inter differentias enumeratas nihil alioquin excedit, aut deficit, multa tamen, atque contenta sit, quemadmodum ambulationem profuturam esse debere tra-

Orib. ibi. 7.epist.79

didit Antyllus, quae, ut sentit idem, capiti, oculis, gurgulioni, thoraci, nisi adsit sputum sanguinis, male affectis auxiliatur. De hac loquebatur Seneca, quando sese destillationi, a qua ualde affictabatur, deãbulatione succurrere fatebatur, hãc eãdẽ pro insania, proq. asthmate curandis Coelius Aurelianus commendabat: est uero ẽt

Li. chr. 1. c 5. & li. 3. cap. 3.

maxime utilis stomacho humescenti, dolenti, & in quo alimenta coacescunt, corrumpunturue. In arquatis, siue ictericis curandis ea vsus Archigenes inuenitur. similiter efficax est ad mulieres, quibus suppressae sunt purgationes, & cum aluus sistitur, cibi supernatant, urina retinetur, non mediocriter quoque coxendicis mor-

A bis prodest,& ad summam omnibus ijs, in quibus necesse est, aut a superioribus partibus ad inferiores aliquid defluere,aut quae ad inferiores partes propensa feruntur, excernere. Iam uero febrientibus omnibus deambulatio huiusce modi obest, nimirum quae, ut sentit Galenus,calorem,& consequenter febres augeat; nocet epilepticis, sanguinem excreantibus, mingentibusue,aut seminis defluuium patientibus. Porro uelox deambulatio magnopere calefacit,magnitudinem carnis, si quid aliud, tollit. cuius gratia Coelius Aurelianus eam in colicis affectibus, in quibus requiritur calor, atque in polysarchia adhibendam esse iudicauit. Ambulationes tardae fere eadem praestant, quae ab apotherapeutica effici diximus: quocirca ualetudinarijs senibus imbecillioribus, & ijs,quos post cibum ambulare delectat,quique nuper a somno ex B pergiscuntur, aut ad maiores exercitationes ineundas sese praeparare uolunt, aut quauis parte dolent, accommodatae erunt. Has etiam esse crediderim, quas Hippocrates, Auicenna,& Haly a caena ad magis cibum in uētriculi fundo,ubi citius absoluitur coctio, accommodandum,probarunt, quasq. Galenus 7. Methodi pro reficiendis corporibus exsiccatis commendat. In capitis dolore Coelius Aurelianus probauit, ut laborans deambulatione exerceretur, primo tarda, dehinc medio tempore fortiori, atq. paullo erectiori extentis cruribus; idem & pro epilepticis ambulationem leuē probauit, nempe quae sine capitis concussione humores a supremis ad infima deducere,eos leniter dissipare,attenuare, & uniuersum corporis habitum citra noxam calefacere valeat;quarum omnium gra C tia eam in quartanarijs, ubi paroxysmus non affligit,iuuare, minorem fatigationem quam stare pedibus afferre,tradidit Galenus. In spirandi difficultate, & in sacro igne similiter, quem graeci ἕρπητα, Scribonius Zonam, Plinius circinum uocant, ambulationem huiusce modi conducere testatum reliquit Cornelius Celsus; quam & pro elephantiasi curanda in usu habendam esse consuluit cum eo Coelius. uehemens siue nimia deambulatio frigidos adiuuat, & ea ratione a Celso ad debellandum corporis tremorem usurpatur;anhelitum auget, & flatus discutit, ac capita debilia magnopere perturbat,& ob id iure reprehendendus est Praxagoras,qui in epilepticis plurimas, & uehementi motu celebratas deambulationes adhibebat: pedibus similiter debilibus, & suscipiendae podagrae expositis nocet; quandoquidem ob nimias deambulationes non raro ischiadicos dolores & podagram generari, scribit Galenus; sicuti ex aduerso remissam arthriticis, & podagricis, & ulceribus in-

6. Epid. com.3. aph.3.

li.4. chro. c.7. & lib. 5.c.ult.

2.d acutis. 2.1. doct. 2.c.7. par. 1.13. 7.Metho.

1.chronic. cap.1. Cap.4.

1.ad Glau

li.3. de re med.c. 33

li.4.c.4. & li.5.c. 28. Li.4.chro. cap.3.

ternis conuenire,insinuarunt Coelius, & Celsus, ubi deambulatio- D
nē molli stramine,coaequato solo peractam ipsis commendauit.debent enim(vt scriptū est a Tralliano)qui podagra, & articulorū affectionibus turbantur, μετρίως, & ἄνευ κόπου πολλοῦ moueri, potissimumque ante, & non post cibos. Nam lassitudo his maxime aduersatur, ut quae articulos plus iusto calefaciat, & inflammet,ipsiq. aliam rursus materiam ex longinquioribus particulis ad se attrahētes,arripientesq. fluxibus iugiter caussam suggerant. Multa deambulatio secundum Antylli sententiam iuuat eos,qui caput,uel thoracem male affectum habent, & a quibus infernae corporis partes non nutriuntur,quiue in exercitationibus uehemētiori motu egēt; pauca uero prodest ijs, qui post exercitationes non lauantur, quibus a cibo deambulationibus opus est,ut is in fundum stomachi descendat,& quibus grauitas in corpore sentitur. Longa,& recta am- E
bulatio minorem,quam breuis, molestiam parit, capiti prodest: ut
Oribasius ibidem. non immerito Coelius,atque Cornelius Celsus epilepticis curandis
lib.1.ca.4. eam ex vsu esse iudicauerint;at nimis exsugit humiditates,atque ex-
Li.3.c.33 siccat.ob idq. merito accusandus est Themison, qui atrophia labo-
Cel.lib.3. chronic.7 rantes duodecim stadiorum spatiū gressu conficere suadebat. Longa,& concitata singultui comprimendo,secundum Aetij sententiā, strenue prodest:breuis sicuti magis fatigat, cum (vt dicebat Aristoteles) ex motu, & quiete inter reflectendum orta constans diuersitatis illius opera laborem inferat,ita quoque reuersionibus illis cōtinuis caput labefactat: & propterea ab eodem Coelio non sine ratione epilepticis damnatur;cuius rei caussa ambulatio quoq. circu laris merito improbanda est,ut pote quae caput uertiginosum red- F
Probl.38. dat,& oculis uehemēter noceat. Nam Cassius medicus antiquus in libello problematū,quem graeca lingua conscripsit, caussam indagans, ob quā motus recto tramite facti uertiginē non generent, sed solum circulares,ob id accidere dicit,quia motus recti minime difflationem materiae impediunt, circulares uero eā fieri non sinunt, quod aer vehemētius illisus prohibeat;ad haec materiae intus agitantur,quemadmodū,& foris,ubi circumlatae,neque foras prodire ualentes motū in capite uertiginosum efficiūt.sicuti namque icterici omnes externos sapores amaros sentiunt, & qui suffusiones in ocu lis patiuntur,quoscumque colores rubeos iudicant,similiter in circularibus motibus,cū in oculis humores in orbem agantur, omnia externa circumferri uidentur,sicque vertiginosa passio oboritur.Ex ambulationibus,quae cum intensione crurum calcibus incumbendo fiunt,quemadmodum scriptum est ab Antyllo, capiti male affe-

cto

A cto conueniunt,itemque thoraci humidiori,utero conuulso,purgationi suppressae, partibus infernis ab alimento fructum non capientibus,& omnino quibus materia sursum repit. Quae uero extremis digitis obeuntur,eas obseruatum fuit,proprie lippientibus, & aluo suppressae utiles esse.Quae vero totis pedibus fiunt, cum sub aliqua semper praedictarum differentiarum comprehendantur, ipsarum etiam facultates obtinere,rationi consentaneum est. Atq. haec de speciebus ab ipso motu desumptis.

Iterum de deambulationum qualitatibus. *Cap. XII.*

B INTER deambulationum species,quae a loco accipiuntur,illae,quae fiunt in montibus, aut adscendendo, aut descendendo exercent.si fiant adscendendo,ualde profecto uniuersum corpus fatigatur,quoniam referēte Galeno attolluntur eo motus genere,& perinde ac onus quoddam sustinentur ab ijs,quae primum mouentur instrumentis,reliqua corporis membra uniuersa. scribit Aristotel. ambulationes per accliuia,tametsi sint hebetiores motus,magis sudorem prouocare,quam per decliuia,nec non spiritum prosistere;quoniam graui cuique, ut deorsum ferri secundum naturam est, sic ferri sursum contra naturam,itaq. caloris natura,quae nostra prouehit corpora, ut nihil per decliue laborat,sic per accliue presfa onere nititur,acriusq. ob eiusmodi motum incalescit, & sudorem mouet, & spiritum prosistit, cum etiam corporis uarius inflexus non nihil afferre causae possit, C ut directa spirandi reciprocatio auferatur. qua ratione secundum Antylli sententiam talis ambulatio etiam thoraci, qui spiritum exiguum ducat,& praesertim ante cibum confert, maiorumq. exercitationum uicē nonnumquam supplet.Legitur de Demosthene,consueuisse ipsum adscendendo deambulare,atque inter ambulãdum orationes pronunciare,quo sic productae spiritus contentioni, qua oratores in dicendo opus habent,assuesceret. Verum enim uero genibus infirmis eadem ualde aduersatur; propterea quod dicebat Aristoteles,dū adscendimus, non corpus sursum iactare, distentionemque corporis,& genuum mouere; ad haec genua ipsa, quae secundum naturam in anteriorem partem flecti nata sunt, quasi contra naturã flecti retro,ob idq. magnopere dolere atq. laborare. Ex altera parte ambulatio decliuis,quae descēdendo obitur,magis alteram a capite ad inferiores partes trahit; at femora inualida nō parū laedit, nimirum quae, ex eiusdem Aristotelis sententia in hoc mo-

Margin notes: 1. de tu. va. cap. 9. — 2 partic. prob. 38. — 5. partic. prob.

tu contra Naturae inclinationem ante aguntur, quasiq. mouendo D
crura uniuersi corporis pondus sustinent, & proinde uehementer fatigantur. Ambulationes, quae tum adscendendo, tum descendendo peraguntur, a Cornelio Celso comprobantur, eo quod ita uarietate quadam corpus uniuersum moueatur; nisi tamen id perquam imbecillum sit. Quae uero fiunt in uijs planis, & aequalibus ex sententia Aristotelis ob motus, quam seruant (ut sic dicam) uniformitatem, magis corpus labore afficiunt, & ob naturae, quam tenent similitudinem, citius labores finiunt, necnon ad spiritum, & ad corpus aequaliter constituendum magis accommodatae sunt, quam factae in aequalibus. At deambulationes per inaequales uias factae non modo minus fatigant, uerum etiam utiles ijs sunt, qui cito deambulando defatigantur. atque hoc Antyllus intelligebat, cum ambulationes, quae in vijs peragũtur, minori cum labore fieri scripsit, quam eas, quas in locis deambulationibus dicatis obimus. Hoc idem innuere uoluit Acumenus medicus apud Platonem in Phaedro, ubi ambulationem in vijs, ambulationi in cursibus praeposuit, de quo supra latius disputauimus. neque aliud intellexit Ischomachus apud Xenophontem, quando ambulationem, qua ipse in agrum seruum cum equo sequebatur, ambulationi in xystis factae praetulit. in his tamen disterminandis ualde refert, numquid in pratis, in locis asperis, an in arenosis efficiantur; quoniam si fiant in pratis, blandissimae proculdubio sunt, nihil omnino sensus tentant, nihil commouent, at eas caput implere, tum propter odoris suauitatem, tum propter humiditatem, quae illis inhaeret, auctor est Antyllus. Factae in locis asperis caput replent. Quando autem in arena, & maxime profunda (quod genus est vehementissimae exercitationis) aguntur, magna efficacia pollent ad omnes corporis partes firmandas, corroborandasque, cuius gratia Augustus dum coxendice, & femore, & crure sinistro, non satis bene ualeret, immo saepe ea parte claudicaret, hac deambulatione confirmabatur. sic enim locum Suetonij interpretari debere censeo. ubi eum arenarum, & arundinum remedio usum tradit, arenarum quidem tum ad desiccandas fluxiones, tum ad confirmãdam, ut iudicaui, coxam, arundinum ad continendum, & claudicationem impediendum. quod quo modo fieri debet, edocuit Cato lib. de re rust. cap. 160. Ad materiam subinde, e supernis ad infernas partes deducendum, eamque dissipandam potentissimae exsistunt, & ideo male forsan a Coelio taxatur Erasistratus, quod deambulatione in arenosis locis paralyticos exercendos suaderet. sub porticu factae ambulationes,

[Margin notes: lib. 1. ca. 2. (beside "do peraguntur, a Cornelio Celso"); E (right margin); Oribasius loco citat.; In Oecõ.; F (right margin); In vita Augusti. c 80; li. 2. chro. cap. 1.]

A aut loco concluso, ut spelunca, & similibus a Celso, & ab alijs non lib. 3. c. 2.
admodum probantur: quandoquidem aere libero non fruuntur, sed intemperato, uitioso, crasso, corpusque vniuersum replente: nisi tamen porticus, aut loci cooperti in locis sint domus superioribus, ac tabulis stratis, ubi ambulationes ceteris quibusque ab Antyllo anteponuntur, quod uaporum, qui e terra effluunt, sint expertes, aeremque puriorem habeant. Nec opponendum est huic sententiae nostrae, quod antiqui cryptoporticus in vsum istum exaedificatas haberent: quia illis dumtaxat utebantur, quando pluuiae, tempestates, aut immodici uentorum impetus, aerisq. iniquitas vetabant, quo minus in aperto aere deambularent, quo tempore, neque nos illas refutamus. Ceterum quae fiunt sub Dio, omnes factis in porticu a Cornelio Celso praeferuntur. A Vitru- Loco cita.
B uio quoque ualde celebrantur Hypaethrae ambulationes, & prae- Lib. 5. c. 9.
sertim si uiridia adsint, quod tales magnam salubritatem habeant: & primum oculorum, quod ex uiridibus subtilis, & extenuatus aer, propter motionem corporis influens, perlimat speciem, & ita auferens ex oculis humorem crassum, aciem tenuem, & acutam speciem relinquit. Praeterea cum corpus in ambulatione calescat, humorem ex membris aer exugendo imminuit plenitates, extenuatque dissipando, quod plus inest, quam corpus potest sustinere, ex quo, ut in hypaethris locis ab aere humores ex corporibus exugerentur molestiores, quemadmodum ex terra per nebulas videntur: consuluit architectorum princeps amplissima, & ornatissima sub dio, hypaethrisque ambulando collocari in ciuitatibus aedificia. Verumenim uero apud medicos subdiales hae deambu-
C lationes plurimas differentias obtinuerunt. nam quando propè mare fiunt, & siccandi, & crassos humores attenuandi uim ha- Oribasius loco cita.
bent; quando circa flumina, & stagna; humectare possunt: sed utraque nocent, & praesertim stagna, ideoque non temere has omnes in Epilepticis damnauit Aretaeus, quando in mediterraneis partibus aguntur, quemadmodum supradictis sunt praestantiores, ita quoque factis circa mare cedunt. quando in rore, humectant nō sine damno: sed si in locis auium uolatu frequentatis ambules, efficacissimus is motus erit ad euocandum per halitum, & ad leuandum, haud secus, atque si in sublimibus locis ambules. Quae deinde sub Dio in locis uento minus perflatis ambulatio efficitur, valet secundum Antylli sententiam ad euocandum per halitum, & ad excrementa dispergenda: itemque remittit, nec ferit. hanc Aetius in colicis doloribus a frigida caussa ortis commendauit. sed

quae

quae perflante uento peragitur, si sub borea, tusses excitat, thora- D
cemque laedit, at uires collabentes firmat, sensuum integritatem
affert, stomachumque dissolutum roborat. atque de hac fortasse lo-
Li. 3. chr. cap. 2. quebatur Coelius Aurelianus, dum stomachicis deambulationes
sub Dio pro modo virium adhibendas consulebat, si sub Austro,
caput replet, sensuum instrumenta hebetat, aluum mollit, atque
ad dissoluendum ualet: si zephyris spirantibus, talis ambulatio ce-
teris omnibus, quae in uento fiunt, praestat: non enim habet in-
suauitates boreae, quin potius mansuetudo simul, atque iucundi-
tas sunt coniunctae. Quae in Apeliote fit, mala est, & ferit, atque
ita se habent ambulationes sub diales in uẽtis peractae. Sequuntur,
quae fiunt, uel in sole, uel in umbra: qua in re auctores diuersa sen-
Lib. 1. c. 2. tire reperio. Cornelius Celsus, si caput ferat, meliorem ambulatio-
nem in sole, quam in vmbra esse dixit, & meliorem in umbra, quã E
parietes, aut uiridaria efficiunt, quam quae tecto subest. Ex altera
parte Oribasius auctoritate Antyli ductus improbat illam, ueluti
quae effundat, caput impleat, atque inaequalitates gignat. quam
sententiam non auderem alteri praeponere, nisi & ratio, & uete-
rum medicorum, praesertimq. Hippocratis, & Galeni auctorita-
tes testatum fecissent, solis radios humanis capitibus maximas no-
xas inferre. nempe quae si calida, & humida, magis calefiant & eli-
quentur; si sicca, sicciora reddantur, & demum quaecumque sint,
semper offendantur, modo vel rustici, uel alij sub sole viuere assue-
In 2. de morb. ti non sint. Quod probe cognoscens Hippocrates siue Polybus ad
euitanda capitis detrimenta non quamlibet deambulationem, sed
solam in frigore, aut in sole peractam uetat. Atqui non illud ta-
cendum esse duco, semper eligi potius debere in sole ambulare, F
quam stare, & ambulare uelociter, quam segniter, sicuti prae-
ceptum fuit ab Hippocrate in libro de salubri diaeta. cuius rei hãc
5. partic. Prob. 34. attulit rationem Aristoteles, quod cum stamus, calor permanet,
sicque amplius calefacit. corpus etenim nostrum (dicebat is) uapo-
rem quendam tepidum de se continuo mittit, qui proximum, &
ambientem aerem tepefacit, unde aer postea ille corpus calidius
reddit, cum autem quis in sole mouetur, flatus excitatur, qui refri-
gerare nos potest, quando motus quisque frigidus habetur. Am-
bulandum potius in vmbra (dicebat Celsus) quam parietes, aut ui-
ridaria efficiunt, quam quae tecto subest: quoniam aer assidua qua-
dam, & blanda uentilatione salubrior redditur. qui aer quoniam
interdum ab arboribus noxijs infici, & corpora deinde cõtamina-
re consueuit, ut de nuce arbore, atq. Narcisso memoriae prodidit

Plu-

A Plutarchus, propterea huiuſcemodi umbras inter deambulandum fugere expediet. Neque item curam adhibere minorem oportet, vt arbores rore ſuffuſae vitentur, quoniam, ſi per ipſas frequenter quis ambulet, membra faciliter lepra tentantur, atque huius eam Laitus apud Plutarchum in nat. quaeſt. attulit rationem, quod ros corporibus illabens ipſa mordeat, atque excoriet, uel potius, quod a rore colliquatis arborum ſuperficiebus aſpergo quaedam noxia inde corporibus affuſa inhaereat, quae partes extimas ipſorum mordeat, atque diſcindat: etenim rori uim colliquatiuam (τηκτικὸν, non δηκτικὸν, & re ipſa, & uetuſto codice permotus legendum puto) ineſſe perſpectum ſatis illud facit, quod ros bibitus gracilitatem inducit, ut mulieres eae manifeſto declarant, quae alioquin obeſae dum tenuibus ueſtimentis, aut laneis rori colligendo opeB ram nauant, eo in exercitio carnes conſumunt. In omnibus autem fere proderit ſub ijs umbris ambulare, quas epilepticis probauit Aretaeus, & vertiginoſis, nempe ſub arboribus myrto, aut lauro, aut inter acres & bene olentes herbas calamentum, pulegium, thymum, mentam, maxime quidem agreſtes, & ſponte naſcentes: ſin harum copia deſideretur, inter humano cultu procreatas. Eſt in hac quoque non exiguum diſcrimen reſpectu caeli, quod, dum ſerenum eſt, tunc ambulatio leuat, per halitum euocat, attenuat, bonam reſpirationem, & mouendi facilitatem parat: dum uero nubibus obtegitur, grauitatem affert, per halitum non euocat, tandemque caput implet. De ambulationibus faciẽdis, uel hyeme, uel aeſtate, uel alio tempore, diximus in libro quarto, ubi tempus exercitationibus accommodatum definiuimus: supereſt tantum illud C adnectere, ambulationes quaslibet ante cibum fieri debere, tum mane, tum ueſpere: quandoquidem matutina aluum emollit, ſi credimus Antyllo ſegnitiem a ſomno contractam diſſoluit, ſpiritusque attenuat, calorem auget, & appetitum excitat: quinimmo Hippocrates hanc eandem humidioribus temperamentis cõuenire, quod humoris tranſitus exinaniantur, neque animae meatus occludantur, ſcribit: ſicut, & attenuare, nec non partes circa caput leues, agiles, ac promptas reddere, & aluum ſoluere confirmat, ueſpertina uero ad ſomnum hominem praeparat, ac inflationes diſpergit, caput tamen debile male afficit, ob idque iure accuſatur Serapion a Coelio, quod epilepticos imperaret circa ueſperam ambulare, ac rurſum conquieſcere, & deambulationem repetere. Poſt cibum diximus exiguam ambulationem aſſuetis conuenire, atque illis, quibus non ſine labore in fundum uentriculi deſcendit cibus: illis pariter,

3. Sympo. prob. 1.

Cap. 11.

2. de diae.

lib. 1. chr. cap. 4.

6. de tu. va. c. 7. 2. de cõp. med. uariter, quibus caput repletum est, lentam post cibum deambu- D
lationem commendauit, Galenus, secutus fortasse in hoc Aretaeum, qui in uetusto capitis dolore eandem in usu habendam uoluit. quamquam secundo de comp. med. ubi de dolore capitis ex ebrietate agit, uelit, neque multum comedendum, neque statim a cibo deambulandum. In reliquis quo modo conueniat, non uideo, & propterea Dioclem medicum antiquissimum, & clarissimum satis mirari nõ possum, quod phthisicos deambulatione post
Cel. lib. 2. cap. ult. prandia uexandos esse uoluerit, quae sicuti concoctionem ciborum interturbat, ita multos ad caput uapores efferri, atque ibi in humiditatem conuersos ad pectus, & pulmonem diffluere facit, quo nihil phthisicis contingere perniciosius potest: eo magis, quod
2. de diae. licet Hippocrates huiuscemodi deambulationes in humidioribus temperaturis approbet: aluum tamen, corpus, & uentrem siccare E
confitetur: ne illa omnia in medium adducam, quae de huiusce generis ambulatione scripta sunt in libro de insomnijs Hippocrati adscripto. qui liber cum multa superstitiosa contineat, forsan aliquis ijs, quae ibi de ambulatione post prandium in pluribus commendata dicuntur, paucam fidem adhibeat. Hactenus de ambulatione, iam cetera aggrediamur.

Explicit Liber Quintus.



AR-

A

ARTIS. GYMNASTICÆ

LIBER SEXTVS

Quos erectum stare effectus pariat. Cap. I.



OS, qui pedibus erecti permanent, exerceri, quoniam abunde in superioribus demonstraui mus, hanc rem amplius in disputationem reuocare prorsus ridiculum foret. proinde, quot modis haec exercitatio uarietur, quosq. quaeque pariat effectus, declarabo. Quod etenim

B haec exercitatio priuatim dorsi partes afficiat, Auerroes, inter Arabas non infimus, satis aperte dixit. Qui igitur illud debile a natura, uel casu fortiori sunt, summo studio id exercitationis genus euitare debent, nempe quod (ut saepius diximus) maiorem, quam ipsa ambulatio, defatigationem pariat: quibus etiam in renibus inflammatio, uel ulcera orta sunt, ne stent, magnopere cauendum esse, censuit Rufus Ephesius. debent quoq. huiuscemodi exercitationem auersari, quos uel herniae labor sollicitat, uel in cruribus, aut scroto, uarices dilatantur, uel ulcera in inferioribus partibus orta sunt, aut qualibet de caussa oriuntur, quam sententiam nisi medicorum auctoritas confirmasset: ueram tamen esse ipsa ratio persuaderet: quae scilicet ostendit, in stantibus graues humores citra difficultatem proruere, eosq. mo

C do hernias, modo uarices, modo ulcera generare, fouere, & augere: nam quod varices generentur, etiam Iuuenalis poeta cognouit, qui cum quandam mulierem Ianum rogantem de amici victoria futura derideret, uolens significare ob importunas mulierũ petitiones haruspicem, si cunctis inseruisset, stando, (sic quisque haruspex pro alijs rogabat Deũ) non parum laboraturum, ait: Varicosus fiet haruspex. Marium quoque scimus omnes, laboriosum uirũ exstitisse, ob quod si quis dicat, ei uarices, quibus afflictabatur, in ambobus cruribus ortas ob nimios in stando labores, cum minus erraturum existimarem. Verum enim uero, & in hac exercitatione non paucae diuersitates reperiuntur: propterea quod tempus, locus, atque situs uarias quasi species efficere uidentur. A tempore nascuntur duae species, quando aut ante cibum, aut a cibo, quis stando, & vel pauco tẽpore, uel multo exercetur. A loco sumuntur differentiae, quoniam vel in sole,

6. collect. cap. 2.

Li. de pass. renum.

Saty. 6.

Plut. I ei⁹ vita.

fole,uel in umbra,& hac aut claufa,aut aperta ftatur. A fitu demum D
euariantur ftandi genera, quando uel uno pede, uel ambobus, &
uel ijs totis,& planis,uel extremitatibus eorum, calcibus fcilicet,&
fummis digitis ftamus. Ante cibum ftare uentriculi excrementis
inaniendis auxiliatur, afthmaticos, & difficiliter fpirantes adiuuat,
uentrem emollit,urinam prouocat, crura, & pedes corroborat, &
fiquando deambulationi uacare non concedatur, illius uices fup-
plere poteft. Vertiginofis tamen,& quibus ad fuperiora rapiuntur
uapores, nullo pacto conducit, cum ex tali erecta ftatione facilius
caput a fumis petatur: nam tantam ad hoc efficiendum potentiam
fimilis exercitatio habet, ut nonnulli boues, & caetera animantia
(quod fcripfit Ariftoteles) minus homines tuffire, minusque catar-
rhis uexari crediderint:quoniam ipfis minime erectis ftãtibus haud
ita uapores natura furfum tendentes in eorum capita ferri poffunt. E
Qua item ratione eos omnes damnare uehementer foleo, qui,fi al-
to capite dormiant,minus a catarrhis fe vexatum iri putant,cum po
tius contrarium eueniat,vt fcilicet qui humiliori,& fere ceteris mẽ
bris aequali capitis fitu dormiunt, uel aliter iacent, minus a uapo-
ribus capite tententͣ,minusq. a capite ad pectus humores defluant.
Quamuis fecus iudicãdum fit,vbi quis ventriculi in conficiendo ci-
bum debilitate uexatur. Quo in cafu Pofidonius apud Aetium ma-
gnopere ftudendum effe iuffit, vt in decumbendo caput altiori fitu
contineatur, quo cibus magis in ventriculi fundo accommodetur,
& ob id nutrimentum minori moleftia coquatur. Atque hoc intelli
gi debet de ijs, qui multum ftant: ftare etenim pauco tempore exi-
guum quid prodeffe,neque multum obeffe poteft. Qui porrò com-
muni illo effato,Prandia poft ftabis, inducti poft fumptos cibos fta- F
re delectantur,ij fcire debent,fi mediocri quodam tempore ftetur,
defcenfui ciborum in uentriculi fundum id infigniter cooperari,&
confequenter illorũ concoctionem perbelle adiuuare, nec alioqui
ullam effatu dignam laefionem afferre: uerum fi multo tempore ita
quis permanferit,praeter moleftiam,qua ob ciborum interdũ pon-
dus,praeter laffitudinem,qua ex labore afficitur, varias item offen-
fiones fubire cogitur. Primo namque maior vaporum copia fuperio
rem corporis regionem impetit,maior humorum multitudo ad in-
feriora praecipitat, atq. inde vlcera in cruribus,gonagras, & poda
gras generat,deinde thoracem,atque fpirationẽ vniuerfam non pa-
rum labefactat,vti ex difficultate fpirandi tũc apparẽte facile quifq.
cognofcere valet: poftremo renes, atque veficã,& totam mingendi
actionem uitiant, quando videlicet crudi humores ex fimili fiti ad
eas

Petr. Apponenfis 5.partic. prob.1.

A eas partes deferũtur,renesq. & lumbi uehementer incalescunt, debilitaturq. ut non temere videatur praecepisse Rufus Ephesius, ne quis vlceribus renum laborans,etiam si morbus inclinare coepisset, staret. Statio in vmbra semper aliquibus ex praedictis differẽtijs adnectitur,ut sit multa,vel pauca,uel a cibo,uel ante cibum, & proinde qualicumque adnexa reperiet̃,illius effectus continuo exprimet, modo umbrae ratione aliquid secus non accedat.hoc autem dico, quia saepenumero umbra, vel est locorum conclusorum frigidorum, atq. humidorum; uel noxiarum arborum, uel alterius perniciosae rei,quas omnes corpus maculare, & sanitatem destruere nemo negabit.Caeterum de stantibus sub sole in hunc modum determinandum esse, iudico, quod scilicet stare sub sole in aestate summopere calefacit.immo sententia est Aristotelis, cum stamus in sole nos magis deuri,quam dum mouemur,etsi per se motus ipse quoque calefacere ualeat,quod alias fusius explicauimus. Si igitur ita est,rationi consentaneum efficitur, iuuamentum insigne ualde frigefactis corporibus inde accedere,veluti hydropicis,cacecticis, ꝓ quibus id a Coelio, & omnibus fere medicis laudatur. In ictericis item curandis tali insolatione vsum Archigenem reperio. ne interim silentio praetermittantur ea,quae apud Aetium ex Antylli sententia legũtur, insolatione scilicet varijs modis antiquos vsos fuisse, alias cum unctione,alias sine unctione,modo sedendo,modo iacendo, modo stando, interdum ambulando, interdum currendo: de quibus omnibus in hunc modum decretum est, quod si insolatio administretur non purgato prius corpore, maximum capiti nocumentum affert: unde saepenumero mirari mihi contingit, quo genio ductus Plinius maior,non modo purgato corpore,uerum etiam post cibum in aestate sub sole maneret,ac deinde in frigida lauaretur:de hac etenim locutos fuisse medicinae auctores arbitror,quando dixerunt,ab illa corpora plusquam par sit incalescere,febres,atque capitis dolores gigni:Nam si antea quam corpora soli exponãtur, opportune exinaniantur, aut sine unctione, aut cum unctione fieri potest: fiat citra unctionem, capiti diuturna frigiditate laboranti succurrit,quod illud durius,atque impassibilius reddat, & ob id merito in Epilepsia curanda a Methodicis nonnullis commendatur, modo sit insolatio moderata:sicut item in ea insaniae specie iuuare creditur, quae a frigida intemperie ortum ducit: praeterea occultas difflationes auget, sudores elicit, carnem conseruat,pinguedinem tollit, oedemata omnia, & praesertim hydropica deprimit: neque tamen ipsa noxis suis caret, quando quidem mora

[Marginal notes: lib.de affe ren. — B — 5.sectio. prob. 34. — Lib. 3.c. 3 — Li.3.c. 6. — 9.d cõpo. med. s.l. cap.1. — C — Plin. nepos. li.epist. 3. — Gal.decau sis morb. — Coel.li.1. c.4.& 5.]

quaeuis ſub ſole bilem auget,& conſequenter ijs, quibus calor na- D
6.epid. cõ .1. aph. 10. tura mordax eſt, valde aduerſatur, ut a Galeno ſcriptum eſt, ſpiritumque craſſiorem, denſioremue efficiens, aſthma, & orthopneam
2.d tu. va. cap. 12. exacerbat. Caeterum ſi abſque unctione inſolatio adhibeatur, in caeteris eoſdem effectus parit, niſi quod corpus exſiccat magis. tanquam pingui illo aduſto, & ſubinde maiori nigredine ſuperficiem totam inficit, necnon carnem inſtar cauterij cuiuſdam denſas minus per inſenſibilem tranſpirationem excrementa diuaporari facit. qua ratione huiuſcemodi inſolationem ad minuendam polyſar-
Li. 1. ſer. 3 cap. 32. chiam ab Aetio laudatam cenſeo. Verumtamen duo hic animaduerſione digna eſſe exiſtimo, alterum, quod medicos, ubi ſub ſole moram probarunt, praetegi pannis capita uoluiſſe opinor, quoniam, praeter Coelij auctoritatem, & ratio, & experientia demonſtrant, capita detecta, ſi ſoli exponantur, ualde offendi, nempe quae E
ſupra modum calefacta vapores a toto corporis ambitu ad ſeſe attrahunt, ſicque omnem malorum iliadem, & prae caeteris catarrhos ibi generant: quod minime, ubi capita teguntur, euenire ſu-
2. partic. prob. 39. li. de cauſſis morb. ſpicandum eſt, propterea quod, ut ſcripſit Ariſtoteles, induta corpora a ſole minus calefiunt, quam nuda, cum ab illius radijs minus feriantur. atque hoc totum a Galeno ſignificatum credo, ubi dixit, eos, qui nudi ſub ſole manent, uniuerſum corpus calefacere, qui uero induti, caput ſolum· nam demonſtratum eſt a nobis libro tertio, Maiores noſtros numquam fere caput tegere ſolitos: ne miremur Galenum, dum indutos ſcripſit ſub ſole, capite tantum ualde incaleſcere dixit. Alterum animaduerſione dignum eſt, quod, ſicuti ſedentes, & ſtantes ſub ſole uehementius incaleſcere, ſiue potius deuri experientia conſtat, quam ambulantes, & currentes: pari- F
ter, & caeteras praedictas affectiones, tam bonas, quã malas facilius recipiunt. Atque haec vniuerſa a nobis dicta de ſtantibus planis, ac totis pedibus intelligantur. ſtare namque calcibus innixos non modo laborem ac moleſtiam inducit, uerumetiam nullum iuuamentũ effatu dignum praeſtare creditur: quemadmodum ſimiliter eos, qui ſummis digitis ſtare conantur, praeter fatigationem illico ſuccedẽtem, partes illas callis moleſtiſſimis afficere compertum eſt, & praeſertim quando quis eo frequenter vtatur; hi ſiquidem illud unum commodũ nonnumquam recipere uidentur, ut longius multis alijs proſpectare ualeant, cuius gratia ab antiquis ſpeculator, ſiue σκώψ pingebatur facie hominis ſtantis ſupra digitos, ſummamq. manum ad vmbellae formã ſupercilicijs admouentis, ut Aeſchylus in Theoris meminit.

De

A *De pugnarum effectibus. Cap. II.*


Vgnarum, quae maioribus nostris ad valetudinem inseruierunt, quaeq. etiam temporibus nostris inseruiendi similiter facultatem obtinent, aliae fiunt cum armis fictis, neque incidentibus, vel pungentibus aduersus hominem, aliae aduersus columnã, aut palum, aliae aduersus umbrã. atque omnes uel fieri possunt a pugnantibus corpore, nequaquam armatis, aliae ab armatis. Armorum pugnam aduersus hominem, uel columnam inter magnas exercitationes reposuit Galenus, quẽ imitatus Auerroes inter Arabas non infimus dixit, certamen cum ensibus factum esse ex uelocibus, atque fortibus exercitijs. quae omnia de illis, qui non armati certant accipienda puto, quando armatum certare inter exercitationes simul, atque opera manifeste reposuit Galenus, qui similiter certare aduersus umbram (σκιαμαχεῖν dicunt Graeci,) celerem citra robur exercitationem esse iudicauit, ut Auicenna quoque, & Paullus post ipsum censere uisi sunt. Cum itaque res ita sese habeat, pugna non armatorum tam aduersus homines, quam aduersus columnam administrata in primis magnopere calefacit, excrementa educit, sudores ciet, exuberantem carnem supprimit: & proinde a Coelio in curanda polysarchia adhibetur, deinceps brachia, atque humeros confirmat, crura & pedes mirum in modum exercet, ceterum capita debilia, & uertigini obnoxia nõ parum labefactat. renibus item laborantes huiuscemodi exercitationem fugere praecepit Galenus. σκιαμαχία porrò, siue aduersus umbram certatio corpora tenuat, carnes, & succos detrahit, quod celeribus exercitationibus conuenire supra monstrauimus, proprie autem secundum Galenum brachiorum, atque manuum exercitatio exsistit: praeterea ualet, si Antyllo credimus, ad sedandam affectionem lassitudinis sensum referentem, ad humores firmandos, ad neruorum imbecillitatem, & tremorem corrigendum. est etiam utilis vitijs, quae thoracem infestare solent, confert renibus, & colo intestino, materiam ad inferiores partes deducit, & praesertim in ijs, qui pedibus imitantur pugiles, quique non solum manibus cum umbra depugnant, uerum etiam cruribus, interdum tamquam salientes, interdum uero tanquam calcibus caedẽtes. Ad eadem omnia similiter ualet pugna aduersus palum effecta, quae tantummodo in hoc ab umbratili differt, quod palum percutere brachijs maiorem uim infert, quam aerem ferire. Non est tamen ignorandum, pugnam aduersus hominem pugnantem initam, magis exercere,

[Margin notes: 6.epid.cõ. 1.Apho.6 6.coll. c.2 — B — 2.đ tu.va. c.8. 10. & li. 1.fen.3 doc.2.c.2 — Li. 1. chr. cap.vlt. — 6. Epid. com.1. aph. 5. — C — 2. de tue. ual. c.10. 6.collec. apud Ori. cap.21.]

& uim maiorem corporibus inferre, quam istam: quoniã, ut ab Alexandro perbelle significatum est, athleta, si obnitatur antagonistae, fortitudinem eius auget; sin cedat, neque reluctetur, robur eiusdẽ resoluit. At qui ea pugna, quae corporibus pugnantium armatis exercetur, inter vehementes exercitationes collocãda est, quae cũ robusta, & ualida corpora efficere debeant, iure merito Nicias apud Platonem in eo dialogo, qui Laches inscribitur, dixit, quod τὸ ἐν ὅπλοις μάχεσθαι, siue armatum pugnare corpora robustiora, si quod aliud exercitationis genus, reddit, neq. vllo alio minorem laborem parit. De hac quoque exercitatione ab Antyllo proditũ reperitur, corpus ab ipso ad motum aptius, & ad carnem suscipiendam reddi, uerumtamen propriam atque maximam eius pollicitationem exsistere, ut corporis firmitatem, & longam respirationem gignat, cum illi, qui sese pugnis similibus dedunt, omnem aliam spiritus expulsionem ferre possint: facit autem huiuscemodi pugna carnem laxam, & mollem, necnon capiti admodum noxia est, praesertim quando galea plus aequo obtegitur, cuius pondere pressum non parum laborat. illud hic non ignorari uolo: ὁπλομαχίαν, siue armatae pugnae exercitationem, ne quis decipiatur eandem esse existimans cum armata luctatione, ὁπλιτοπάλη ab Aeschylo vocata, quandoquidem hac tamquam luctae species armis in manibus nullo modo utebatur, sed dumtaxat certantes totis corporibus armabantur, sicque armati inuicem luctabantur, cuius luctationis arbitror uolutationem illam armatam, siue celerem agitationem, quam Galenus in numero vehementium exercitationum reposuit, speciem quandam exstitisse. An vero de hac armata pugnae specie intellexerit Coelius Aurelianus, quando in curanda polysarchia post plurima alia exercitationum genera comprobata dixit. Tum

„ hoplomachia, hoc est armorum ficta conflixio: apud me dubium nullum, ut ex superioribus patet, relinquitur: quoniam, & si nomen Graecum hanc ipsam significare uideatur, nihilominus, & nominis ab ipso illata explicatio, & usus demonstratus manifestum argumentum faciunt, eum de pugna illa sermonem facere, quae nudato ab armis corpore exercetur, quaeq. ad diminuendam carnem a nobis laudata fuit, cum hanc postremam carnem, sed mollem, & laxam potius augere Antyllus iudicauerit. De gladiatoria pugna nõ uidetur hic locus exposcere, ut sermo ullus habeatur, propterea quod cum armis incidẽtibus, ac pungentibus antiquitus ageretur, uel in letalia vulnera, uel in alterius pugnatoris, aut etiã vtriusque necem, plerumque terminabatur. Vnde neminem non uidere ar-

bitror,

Marginalia: 1. Libro. Prob. 120 (beside "xandro perbelle"); Loco cit. (beside "laborem parit"); 2. de tue. ual. c. 10. (beside "quam Galenus"); section letters D, E, F in right margin.

A bitror, quantum absit, ut similis concertatio ullam profligandis
morbis, tuendaeue sanitati opem afferre ualeat: ea enim est, quae
hodie apud multas Christianorum nationes sub Duelli nomine nō
sine magna ciuitatum aliquando clade exercetur, quamq. & anti-
quis, & nostris temporibus ab uno hominum inimicissimo Sathana
repertam ad perdendas animas fuisse semper credidi. quod nāque
non monachiam antiquorum, ut falso probare conati sunt, qui
hucusque duellum tractarunt, sed potius gladiatorium duellum
huiusce temporis referat, praeter multa in quarto libro a nobis de-
clarata, hoc item attestari uidetur, scilicet iisdem armis, atque eo-
dem prope fine duellatores concertasse, quibus olim gladiatores
pugnabant: illud unum intercedit discrimen, quod illi tum gloriae
cuiusdam inanis gratia, tum praemiorum spe, sed ferè semper ui
B quadam, utpote uel ad supplicium condemnati, uel in id empti, at-
que edocti ad certamen ducebantur: isti uero sponte, & nullis co-
gentibus, nisi solius honoris uana quadam, & falsa defensione pro-
lectante aguntur: ut hac ratione minus excusatione digni habean-
tur, cum sponte in propriam ruant perniciem. Vtinam resipiscant
tandem homines, uideantque id quod Barbari ferè nulli agunt,
tanto minus Christianos decere: sic profecto & multae urbes, quae
ob hoc intestinis, & saeuissimis dissensionibus exagitantur, ad me-
liorem statum reuocarentur, & multorum animabus, corporibusq.
melius consuleretur. At ne longius a proposito nostra diuagetur
oratio, haec sufficient, si illud addidero, quod Celsus, Scribo- lib.3.c.23
nius, Plinius, Aretaeus, atque alij plurimi referunt, ab Antiquis li. de cõp. cap 18.
scilicet creditum fuisse, gladiatoris iugulati sanguinem epotum iu- li. 28.c.1.
C uare epilepticos. quam rem potius ad prodendam ipsorum feri-
nam superstitionem, quam ut ullam fidem adhibendam censeam,
significare uolui.

De quarundam aliarum exercitationum qualitatibus.
Cap. III.



MVLTA apud antiquos exstiterunt exercitationum gene-
ra, quae quoniam non ita frequenter vsurpabantur, ab
auctoribus celebrata non inueniuntur: inter haec au-
tem primo sese offert τὸ ἀκροχειρίζεσθαι, uel manibus sum-
mis concertare, quod, siue luctae species aliqua foret, ut non-
nulli crediderunt, siue separata quaedam exercitatio, ut Galenus 2. de tue. ual.cap.8
censuisse uidetur, ubi post luctam alias quasdam exercitationes ad-

numerans acrochirismum nominat, facitque manifeste a lucta di- D
2. de tue. ual. c. 10. uersum, constat ipsam apud Galenum, Aetium, Paulum, & Aui-
Lib.3. c 3 cennam inter ueloces sine robore exercitationes locum obtinuisse,
li.1.c. 17. li.1.fen.3. & proinde calefaciendi, corpora tenuandi, carnes, succosq. detra-
doc. 2 c.2 hendi facultatem possidere, ut apposite insinuare uisus est Hippo-
2.de diae. crates, apud quem legitur acrochirismum attenuare, & carnes sur-
lib. citato cap.11. sum trahere, proprie uero manus, atque brachia secundum Gale-
Lib. 4.c.4 num in ipsa exercitantur. ex quo fit, ut illis conueniat, quibus has
loco citat. partes corroborare in animo est, sicut ijs ualde nocet, quorum chiragra, uel alius morbus, & manus, & brachia infestare solet. de hoc locutū esse Celsum quis credere potest, ubi in ijs qui ab arida tussi exagitantur, exercitationes manibus peractas probat. Porrò ἐκπλεθρίζειν, idest ecplethrizare, a Galeno inter exercitationes citra ro-
Loco cit. bur, & violentiam celeres recensetur. Auicenna autem illud ex for- E
tioribus esse dicit, nisi uelimus ipsum in comparatione ad debilia loqui, quemadmodum ex uerbis eius uidetur: alioqui & ueritati ipsi, & Galeno, a quo ista omnia accepit, manifeste repugnantia scripsisset. Est igitur talis exercitatio in primis ad ea omnia utilis, quibus celeres conferunt: sed peculiariter crura, & pedes exercet: thoracem quoque non parum fatigat, cui, dum aliquo pacto male uexatur, valde obesse reor, haud secus atque capitibus male affectis uehementer nocere credo, utpote quae ex iugibus illis reuersionibus, quasiq. circuitionibus facillime tum uertiginosas, tum apoplecticas affectiones incurrere queant. Ex eodem quoque exercitationum censu est, & πιτυλίζειν siue pytilissare, aut pytilisma,
In Miscel. cap. 38. ut placuit Politiano. quod quamquam a Galeno, atque Auicenna
inter ueloces citra uiolentiam adnumeretur, mea tamen sententia F
haud prorsus uehementia aliqua caret, cum status ille supra pedum extremitates, necnon uelox manuum modo antrorsum, modo retrorsum agitatio haud quaquam sine musculorum intentione, & proinde sine ui, aut robore quodam peragi possit. Vnde in huiuscemodi exercitatione obeunda uehementer incalescere corpora affirmare non dubito. Ad haec motus iste brachia insigniter exercet, sed eos, qui capite sunt imbecilli, magnopere labefactat: pedes etiā podagris suscipiendis obnoxios reddit. ego vero peculiarem illius usum exstitisse autumo, quando post longam brachiorum ualetudinem, torporemue, ea motibus undequaq. faciendis assuefacere, nec
2. de tue. ual.c.9. non a torpore liberare in animo habebāt. Sunt praeterea a Galeno
loco cita. nonnulla alia exercitationum genera adnumerata, & ab Auicenna cōprobata, quae, ꝙ aliqua ex parte ualetudini, & corporis habitui

conferant,

A conferant, omnino praetermittere nolui: nam si quis alteri iubeat, ut se uiolenter detrahat, inflectatq. dum ipse non manibus modo, uerum etiam cruribus, spinaq. constans, inflexusq. resistat, quo genere Milonem ipsum sese exercitasse ferunt, dum conuellere se, mo uereq. de loco uolenti permitteret, utique uehementer exercebitur, incalescet non parum, roburq. membris non leue ingenerabit. de simili enim exercitatione locutum opinor Coelium Aurelianũ, quando pro polysarchia minuenda uoluit ita affectos alienis laboribus, hoc est colluctantium, vel exercentium, quam Graeci hateropiam, vel trachelismum uocant, exerceri, verumtamen illis maxime verenda est talis exercitatio, qui vel pectore, vel dorso, vel capite nõ admodum valent. Pari etiam pacto si quis (vt Milo factitabat) conuellere se, moereq. de loco volenti permittat, crura maxime Li. 5. chr. cap. vlt.
B corroborare poterit, quemadmodum manus maximopere exercebit, eisq. fortitudinem acquiret, si pugnum alicui aperiendum, uel malum punicum, aut tale quippiam manibus complexus auferendum praebeat: quod tamen arthritidi, aut chiragrae obnoxijs minime congruet. Robur autem partium tum exercet, tum firmat, si quis alterum complexus medium, aut etiam ipse medio comprehensus, manibus, digitisq. pectinatim iunctis, aut quem complectitur absoluere se iubeat, aut ipse se a complectente soluat: nisi quod in hoc periculum imminet, ne viscera labefactentur ex nixibus illis, qui adhibentur, dum dissolutio quaeritur. Ita etiam si quis alterum, qui versus ipsum se inclinet a latere aggressus, ilia manibus complexus, ceu onus aliquod sublatum inuicem protendat, reducatq. ac magis, si
C dum gestat, ipse nixu, renixuq. corporis vtatur: sic namque spinam vniuersam corroborabit, lumbos tamen, atque renes debiles habẽtibus nocebit. Aeque vero qui pectoribus ex aduerso innixi magno se conatu inuicem retrudunt, & qui a ceruicibus pendentes deorsũ trahunt, vehementer quidem exercentur, & per consequens robur corpori vniuerso comparant: at periculum subeunt, ne thoracis vasa aliqua rumpantur ipsis, neue aut caput, aut collum male afficiant. Haec itaque omnia tametsi apud veteres inter ceteras exercitationes haberentur, nihilominus haud ita in frequenti vsu fuerunt, & praesertim nobilibus, ac illis qui non sine suauitate quadam sanitati operam dabant. hac item tempestate non desunt, qui ipsis vtantur, quos, modo ratio adhibeatur, penitus auertere nolo.

D

De spiritus cohibitionis facultatibus. Cap. IV.

Cap. 6.



ETENTIONEM spiritus speciem quãdam exercitationis esse, cum abunde in libro tertio demonstrauerimus, id amplius repetere non est opus: illud dumtaxat adiungam non facile reperiri, in qua nam differentia locata fuerit, nisi quod animaduertentes nos in huiuscemodi exercitatione musculos abdominis, aque thoracis ualenter intendi, & subinde in partibus interioribus calorem augeri, ut Aristoteles, & Galenus memoriae prodiderunt, eam non fieri sine uehementia iudicare possumus: & propter hoc iure ab Hippocrate dictum fuit, spiritus detentionē meatus disparare, cutem attenuare, necnon humiditatem sub cutem extrudere posse. A Galeno similiter, & ab Auicenna scriptum est, retentionem spiritus membra spiritualia calefacere, corroborare, & emundare, necnon angustas cauitates ampliores reddere. Quod etenim spiritus cohibitus expurgare thoracem ualeat, clare constat: quippe qui in ipsa retentione undique compulsus in angustos se recipere meatus cogitur, eosq. si amplius trusus, propulsusq. fuerit, etiam penitus transire, atque extenuati iam agitatione excrementi nonnihil secum arripere, eo prope modo, quo intuemur opifices angusta instrumentorum foramina uehementiore spiritus inflatu expurgare: quandoquidem is quanto ulterius per uim coactus impellitur, tantum ab ipso quaedã impelluntur, quaedam trahuntur, nam truduntur quae ante occurrunt, attrahuntur quae ad latus sunt posita, impetu ipso motus vtraque coacta. Quod uero ex retento spiritu cauitates euadant latiores, hinc probatur, quoniam si thorax in medio corpore locatur, sane illo magna aliqua inspiratione aere impleto, & deinceps supremo laryngis osculo lingulae opera clauso, necnō musculis toto thorace presso, necessium est aerem compressum vndique meatibus corporis uniuersis inseri, sicq. intrusum eos undequaque dilatare, modo inferiores dum illuc impellitur, modo superiores. sic ergo per spiritus retentionem cauitates corporis amplificantur, pectoris partes emundantur, ipsaeq. atque etiam aliae interiores calorem concipiunt, cuius merito frigidae affectiones, & praesertim inflationes remouentur. ut non temere Plato sub persona Erysimachi medici, necnon Aristoteles memoriae prodiderint, spiritum cohibitum a singultu liberare. quorum placita secutus Galenus ab eodem non solum singultum, verum etiam tussim a frigida instrumentorum

Marginal notes: 2. partic. Prob. | 2. de diaeta. | 3. de tué va. cap. 2. in lib. artis med. c. 87 | Li. 1. fen 3 doc. 2. c. 2 | in symp. | 2. partic. Prob. | li. de med. fac. par. & libro 2. de symp. cau.

E

F

torum

A torum respirationis intemperie contractam exstingui testatum reliquit: quod aucta in pectore caliditate ex tali cohibitione angustos quoslibet meatus spiritus cõpressus penetret, cunctaq. sic adaequentur, & ad temperiem pristinam redeant. Hinc fit ut ferme in hanc sententiam uenire debeamus, talem exercitationem omnibus illis conuenire, qui spiritualia membra frigefacta, debilia, aut excrementis aliter obsessa gerunt, quiq. expulsiones quascunque corporis aut tardas, aut vitiatas habent. quemadmodum oscitationes, & pandiculationes calido flatus dissipante huiusmodi spiritus retentionem soluere clarum est. vt merito dixerit Hippocrates 2. & 6. Epid. longam respirationem crebrarum oscitationum esse remedium. In resolutione linguae exerceri spiritu retento probauit Celsus, sicut & Aetius in omni uocalis instrumenti resolutione: vim

B namque expultricem excitari, atque confirmari in spiritus cohibitione, argumento sunt multi, & praecipue pueri, qui siue plorando, siue ridendo, siue alio pacto spirationem contineant, aut in ipso actionis tempore, aut paullo post, modo stercora, modo urinas, modo mucos, & a naribus & ab auribus expellunt: similiter obstetrices istud testantur, quae ad partus expulsionem faciliorem, & celeriorem reddendam parturientes spiritum continere praecipiunt. in quo tamen ipsas saepe errare scribit Aetius, quando ex nimia huiuscemodi spiritus cohibitione aneurismata, siue arteriarum incurabiles dilatationes incurrunt in faucibus, necnon pupillarum in oculis, ut Auenzoar testatus est. Dicebat Aristoteles spiritu retento melius audire nos, quoniam respiratio strepitum quendam mouet, quo cum careant retinentes illam, melius uoces percipiunt:

C quamuis Cassius Medicus aliter sentire uideatur. Exstat item Plinij auctoritas, quod euersos, scandentesq. ac iacentes, si quid ingruat, contraq. ictus, spiritum cohibere singularis praesidij est. Si igitur a spiritus retentione tot commoda oriri constat, prudenter sane Coelius Aurelianus ipsam asthmaticis, stomachicis, atque colicis curandis egregiam opem praestare scriptum reliquit. Neque tamen huic tantum tribuere debemus, quin etiam ipsam aliqua ex parte obesse credamus, quandoquidem Asclepiades caput opplere testatus est, cuius sententia a Galeno certe explosa fuit. Ego vero illam prorsus non esse repellendam puto, quoniam manifesto conspicimus, dum spiritus retinetur, uenas, atque arterias colli intumescere, oculos amplificari, genas ac uniuersum vultum contrahere maiorem ruborem, tandemq. caput totum compati: quae omnia illius repletionis clara indicia esse, nemo dubitat. Ex quo fit, ut

Dioclem

tetrab. 4. ser. 3. c. 10
11 partic. Prob. 48.
Prob. 20.
li. 27. c.
1. i. chro. 3. ca. 1. & 2.
lib. 4. c. 7.

Dioclem tota uia aberasse pro certo teneam, dum spiritum reten- D
lib.1.ca.4. tum in epilepsia curanda praesidium afferre dixit: sicut Coelium laudo, qui in eiusdem affectus curatione spiritus retentionem uitari debere uoluit, cum certum periculum immineat, ne tunc sanguine ad caput recurrente morbus magis exacerbetur. In sanguinis
Coel.li.2. cap. 23. quoq. reiectatione talem exercitationem a Methodicis damnatam inuenio, quibus assentiri cogor, propterea quod tum a calore in pectoris cauea genito, tum ex uasorum inflatione, distensioneq. facilli me debilia, & relaxata uasa franguntur, fractaq. iterum reserantur. Amplius qui vel hernias, vel crepaturas patiuntur, aut peritonaeum, atque intestina exsilia, & fragilia ab ortu obtinuerunt, nullo pacto in retinendo spiritu exerceri debent, quoniam hae partes in actione ista uehementer contenduntur, & per consequens, nisi robustae sint, citra multum laborem diuelluntur, quemadmodum apertissimam fidem pueri facere possunt, qui si interdum nimis quam par sit E
flendo, aut aliquo modo spiritum contineant, protinus ijs peritonaeum, scrotumue disrumpitur, & deinceps intestina delabentia, aut flatus interclusi, uix sanabiles hernias pariunt: quod similiter tubicinibus, & cantoribus, dum nimis spiritum retinere conantur, saepenumero solet euenire, & praesertim quando illi πόδα ἐρεῖν, (quod Galenus ait lib. de mot. musc. secundo in fine, ac 6. Epid. com. 4. tex. 24. & de quo nos in varijs lect. egimus, ac plura adhuc dicemus, cum iterum librum eum recognitum, atque auctum propediem dabimus) siue edictum facere uolunt. Vna seruata ratio ab huiuscemodi periculis tuebitur, si moderate, aut potius infra mediocritatem similis retentio peragatur, ubi agenda erit: alioqui perfici nequaquam poterit, quin praedicta incommoda sequantur. F

De uocis exercitationum facultatibus, & primo de uociferatione, & cantu. Cap. V.

VOCIS multas, sed unam praecipuam exercitationem effecerunt antiqui medici, quam graeci τὴν ἀναφώνησιν, Latini uociferationem appellarunt, nos uero pleniorem totius huius rei notitiam tradere cupientes vocis exercitationes in sex species partiemur, quemadmodum magna ex parte in superioribus egimus, vociferationem scilicet, cantum, lectionem, sermonem, risum, atque fletum, quorũ omniũ natura perspecta nihil rema-

A remanebit, quod huiusce exercitationis cognitioni addi valeat. Ergo prima uociferationibus, quaecumque sint illae, adscripta ab Antyllo, Plutarcho, Paullo, Aetio, & Auicenna cōdicio est, quod thoracem, atque uocalia instrumenta perbelle exercet. dicebat Auerroes pulmonem proprie a uocis exercitio respici. subinde naturalē calorem auget, purgat, firmat, atque attenuat, solidas corporis partes, robustas, puras, & offensae minime obnoxias reddit. addebat Auicennna hanc exercitationem colorem decorare; quod enim calor augumentum suscipiat, inde oritur; quia spiritus assiduo motu, tam attractus, quam exsufflatus colliditur, atteriturque, sicq. ex ea collisione, & attritione calor excitatur; purgat uero huiuscemodi exercitatio: tum quia carnes rariores, magisque tractabiles efficit: tum quia ex motu uocalium instrumētorum humiditates internae

Oribasius. lib. 6. c. 8. li. de tuē. san. li. 1. c. 29 lib. 3. c. 5 lib. 1. f. 3. d. 2. cap. 2. 6. colle. cap. 2.

B consumuntur, quod euidentissime declarat densus uapor ex ore uociferantium prodiens, & superfluitates uetustiorū humorū unicuique meatui adhaerentium, quae excernuntur non solum in praedictis uociferationibus, sed etiam alijs pluribus modis. Iam vero firmatur calor, & attenuatur, quoniam uasa absterguntur, multi humores, ut sputa, muci, & pituitae consumuntur, quae sicut antea calorem obscurabant, debilitabant, & incrassabant, ita educta eundem puriorem, ualidioremq. relinquunt, & hinc postea solidis partibus maius robur, maiorq. impassibilitas succrescit. Si itaque haec ita se habent, rationi consentaneum est, ijs, qui humiditate occupatas interiores partes, quiq. uniuersum corporis habitum frigefactum habent, uociferationem generosum praesidium exsistere. quēadmodum istis predictis rationibus eam ab Antyllo, Coelio Aureliano, & Aetio commendatam scimus stomachicis, uomentibus, acidum ructantibus, aegre concoquentibus, cibos fastidientibus, atrophia laborantibus, languidis, cachecticis, hydropicis, asthmaticis, orthopnoicis, phthisicis, diuturno pectoris aut septi dolore uexatis, apostemata in thorace rupta habentibus, mulieribus praegnantibus, pica obsessis, aut secundum Alexandrum etiam parturientibus ad partum facilius educendum, & denique quartanarijs, pituitosis, conualescentibus fere omnibus. Sic Galenus viij. de med. local. cap. iiij. stomacho laborantibus, unctiones, exercitia, & uociferationes per expertum artificem adhibitas commendat. est Aretaei medici antiqui, & praestantissimi sententia, quod in elephanticis ἀναφώνησις τοῦ πνεύματος γυμνάσιον τὸ καίριόν ἐστι, necnon etiam in coeliacis. Voci quoque ob superfluam humiditatem raucae factae, necnon instrumentis uoci deseruientibus resolutis, atque etiā

Alexan. 1 prob. 87.

malo

malo corporis habitui, qui a Graecis καχεξία dicitur, eandem con- D
ducere credidit Aetius: quin, si vox vel ex morbo, vel suapte natura male affecta sit, tali exercitatione secundum Antylli sententiam emendatur. Quoniam uero vox laborat, partim propter nimiam, & longam loquelam, partim propter clamoris magnitudinem, partim propter silentiumq. uasi suarum actionum oblita, ideo fit ut in hisce omnibus, quae dicta sunt, uociferationis usus sit utilis, cum longam loquelam dissoluat, & noxae, quae ex clamoris magnitudine contracta est, placida, & quieta imminutione medeatur, acumini uero occurrat, grauiores sonos inspergendo. ceterum qui ex silentio oritur, quamuis non propriae uocis sit labor, tamen cum uocis labore proportionem quandam gerit. quo circa ad eũ quoque uociferatio est utilis, quae uocem exerceat, quemadmodum si uocalia instrumenta defessa sint, totumq. corpus suum tenorem non E
seruet, aut lassitudine obsideatur: vocis namque exercitationem a
2.de diae. coena factã dicebat Hippocrates, post carnis a laboribus colliquationem commodam esse, quoniam humiditatis euacuationem faciens rarefacit carnem.
Cap.7. Sed cuncta hactenus a me enarrata, de uociferatione mediocri, ac arte, quam libro tertio explicauimus, facta intelligantur, quae capitis affectioni bus non est idonea, utpote nescio quid facultatis possidens ad replendum caput, necnon instru-
Lib.1.chr. cap.7. menta sensuum in capite contentorum. Hinc est, quod Coelius Aurelianus eam pro epilepticis in declinatione probans pruděter ad-
2.de cur. chro. c.6. didit (si ferre ualeat aeger.) Nam ea uociferatio. quae uehementius
In li. de p̃ ceptionib. li. d̃ instr. odor. peragitur, & interdum ἀναύδησις, ab Aretaeo φωνασκὴ uocatur, uno prope verbo dicta est ab Hippocrate affligere, siue λυπέειν, haec praeter quam quod caput plenum, & magis graue reddit, ut F
7. de cõp. me. s. l. c. 1 testantur Aretaeus, & Galenus, mirum etiam in modo ex eius
4. de locis affe. sententia uocem oblaedit, necnon uenas rumpi facit. ut hac ratione Coelius exclamationem tamquam partes patientes vehemen-
li. 5. epist. ter concutientem pro corporibus epilepticis improbarit, Pliniusq. nepos iure conquestus sit, quod Zosimus eius libertus, dum uoci reparandae studeret, rursum uena reclusa sanguinem reddiderit. eandem tamen Aretaeus stomachicis curandis, & Aetius singultui comprimendo usurparunt. Illud itaque hoc in loco non est ignorandum, quod omnes fere auctores animadu erterunt, uociferationibus neque temere, neque inconsulto utendum fore, ac praesertim ijs, qui huic exercitationi non assueti incipiunt. neque enim ijs uti quisquam debet prauorum, corruptorumq. humorum copia praesente: quin etiam uox non est exercenda, si magnis, & euiden-
tibus

A tibus cruditatibus ſtomachus uexetur, ne ex actione inſpirationis, & exſpirationis, quae firmior, & citatior facta ſit, dum uox in magnitudinem, & multitudinẽ accreuit uapores corrupti largius per corpus diſtribuantur. Propterea monebat Aretaeus, uocem leniter exerceri, & grauibus uocibus utentem ſonum edere, quod acutae uoces capitis diſtentiones, temporum palpitationes, cerebri pulſationes, oculorum inflationes, auriumq. tinuitus efficiunt, mediocriter autem uox edita capiti prodeſt: cauendum eſt quoque ab eius uſu poſt cibum, quoniam uox ualde corrumpitur. unde dicebat Ariſtoteles, hiſtriones, choros, & huiuſce generis ieiuno ore uocis exercitationem adire: alioqui ſpiritus tum cibo ingeſto, tum clamore feruidus effectus, inter exeundum aſperam arteriam exulcerat, ſicq. uox corrumpitur. Denique fugiendum eſt, ex Plu-

1.cur.chr. cap.2.

Parti. pro ble. 11. Prob. 22.

ll. de tue. ual.

B tarchi conſilio, ne quis conſcius ſibi uel repletionis, uel immoderatae libidinis, uel defatigationis acrius intendendo, exaſperet uocem; neue nimis commotas uociferationes, & iurgioſos clamores exerceat; ſiquidem inaequales illae ſpiritus intentiones, & impetus rupturas, & conuulſiones inducere ſolent. Poſt uociferationem ſuccedit cantus, ab illa in hoc differens, quod harmonia quadam conſiſtit, neque adeo contenta uoce peragitur: ob quod etiam praeter cetera uoluptatem afferre poteſt, qua uociferatio deſtituitur. Nam ſcriptum eſt ab Alexandro, onera portantes, ſi cantent, minus moleſtiam ſentire, quoniam animus modulis, ac numerorum ſuauitate demulctus ab onere auertitur, atque ita minus angitur. quae ſimiliter ratio efficit, ut lugentibus, atque alio modo laborantibus (quod Ariſtoteles quoque confeſ-

lib. 1. probl. 76.

19. partic. prob. 1.

C ſus eſt) tibias, & ſonum adhiberent Antiquiores, & quod ad eos, qui uel morte ſuorum anguntur, & maerent, vel morbo ſollicitantur, homines congregari, varioq. uti ſermone ſolitum ſit: quandoquidem animus, cum ſe ad uerba transferat, minus rem ſentit aduerſam. Quod intelligentes ueteres, uaria ſcenarum oblectamina ſibi excogitarunt, ut animum ſolatijs modo his, modo illis exceptum ab angore ſeiungerent. De cantu ſiue uociferatione cum harmonia adhibita ſcripſerunt Antyllus, Aetius, atque Paullus, ualetudini eam nullum iuuamentum praeſtare. At in morbis ipſam aliquando vſurpatam inuenio: nam Coelius Aurelianus uocis exercitium, muſico monitore, compoſitum inſanientibus in declinatione conducere ſcripſit. refert inſuper Aulus Gellius, ſe apud Theophraſtum, ac Democritum inueniſſe uiperarum, hominumque morſibus tibiarum modulos, & cantus mederi;

Loco cit.

Li.1.chro. cap.5.

li.4.c.13.

deri; & ad haec fuisse creditum a plerisque, & memoriae manda- D
tum, ischiadicos, cum maxime doleant, tum si modulis lenibus uel ipsi, uel tibicen (quod factitare solitum Ismeniam Thebanum legimus) incinat, minui dolores, sicut, & Philistionis frater in lib. 22. de adiutorijs confessus est: quod remedij genus a Pythagora excogitatum esse, nonnulli tradiderunt; quamuis Soranus, cuius sunt libri illi tres de Acutis a Coelio Aureliano latini facti, Asclepiadem mordens, qui phreniticos curare cantu profitebatur, apposite satis dixerit, eos mentis uanitate iactari, qui modulis, & cantilena passionis robur excludi posse crediderunt. Si igitur cantus ualetudini conseruandae parum confert, grauiorum autem tonorũ sonus utilis est, uociferationi potius, quam cantui sanitatis studiosi operam dare debent: quoniam sic plurimus aer attractus thoracem distendit, uentremq. & meatus per vniuersum corpus disseminatos E
aperit, dilatatue, cum in cantu mera quaedam, ac futilis oblectatio solummodo reperiatur, quae corpora robusta potius effeminare, non autem conseruare, aut augere apta est. unde mirari soleo, quare

In lib. de tuen. ual. Socrates (ut refert Plutarchus) sese cantu exercere consueuerit, & non in uociferationibus, cũ in ipsis, & concitatis lectionibus redundantium humorum excretiones contingant, & his quidem, qui cõcitatius legunt, magis, & per sudores; qui uero mitius uocem intendunt,

loco cita. per occultam transpirationem. Veruntamen illud Auicennae dictum semper memoria tenere oportet, quod magnam longo tempore efficere uocem est timorosum, quodq. ex praedictis uocis exercitationibus saepenumero hernias, aliasue crepaturas oriri contingit, sicuti nostrates sacerdotes, aut cantores certam fidem facere

Gal. li. 7. de cõp. med. secũdum loc. cap. 1. possunt. antiquitus enim qui uocis exercitijs operam dabant, bal- F
neis, ut libro primo scripsimus, frequenter utebãtur: quorum beneficio peritonaeum, Scrotum, ac testium utriculi humectabantur, sicq. emollita magis tuto extendebantur, neque faciliter discindebãtur: nostris autem temporibus minime huiusce generis remedijs uti facile conceditur: ut hac ratione modum in uociferando, siue cantando maiorem seruare necesse sit.

De

A

De lectionis, sermonis, risus, & fletus qualitatibus. Cap. VI.

LECTIONIS a medicis ad sanitatis usum probatae duas species inuenio, alteram intentam, & concitatiorem; alteram remissiorem. Lectio intenta, quam Cornelius Celsus auctor elegantissimus claram nuncupare maluit, cum sit agitatio spiritus non leuiter, nec in superficie, (ut Plutarchus scribit) sed uelut in ipso fonte, in ipsis uisceribus ualens, calorem auget, sanguinem subtilem reddit, omnes purgat uenas; omnes aperit arterias, humorem superfluum non sinit crassescere, neque concrescere, neque faecis in morem subsidere, in his conceptaculis, quibus recipitur, & conficitur cibus, ex quo non temere a Celso inter ea, quae commode exercentur, primum locum recepit. Quod etiam capiti nequaquam noceat, sed potius conferat, locupletissimi possunt testes esse Coelius Aurelianus, & Seneca; quorum ille in curando capitis dolore, atque etiam insania similem lectionem adhiberi consuluit: hic uero ad refrenandas, quas patiebatur, capitis destillationes ipsam in frequenti usu habuisse scribit. obseruandum est in hoc casu, ne in insania, aut capitis dolore difficilia intellectu legantur; quoniam talia, Coelio auctore, non minus afficiunt, quam corporis immodicae gestationes. Iuuat insuper clara lectio cum pectoris intimas partes, tum stomachum, cuius etiam uitia, ut scribit Celsus, corrigit, quandoquidem per ipsam pituitosa excrementa suauiter attenuantur, absumunturque, & calor natiuus citra ullam uiolentiam excitatur, & augetur. quod cognoscens Plinius maior, dum uoce atque stomacho laboraret, in eorum remedium claram lectionem exercuisse, auctor est illius Nepos. qua pariter ratione Aetius eis, qui colicis doloribus a frigido humore genitis sollicitantur, consuluit leniter exclament, aut concinne cum uociferatione procedēdo legant. Sic ad phthisicos, atque tabescentes ea Methodicos nonnullos vsos fuisse legitur. de hac sermonem faciens Auicenna dixit, quod ad legendū suauiter est incipiendum, deinde uox ordinate exaltanda, postea cum uox fortior facta fuerit, creuerit, & longa fuerit, tempus ipsius erit ponendum temperatum, quoniam tunc magnum affert iuuamentum. Atque haec de intensa ac vehementius facta lectione, quam Celsus etiam in tussi sicca laborantibus non parum utilitatis praestare censet. Ceterum quae lenius, & remissius agitur, ad eadem fere omnia ualet, nisi quod debilius cuncta operatur, & propterea interdum ipsa post ciborum

Margin notes: Lib. 1. c. 2. — li. de tuē. val. — B — loco citato. — Epist. 97. — li. 1. chro. cap. 1. — C — li. 9. epist. penult. — Cel lib. 2. cap. vlt. — loco citato. — lib. 4. c. 4.

ciborum ſumptionem citra noxam uti poſſumus, quod Plutarchus D
28.partic. prob. 1. quoque non improbauit. de hac autem loquens Ariſtoteles ſcriptum reliquit, ignaros homines, ac melancholicos, dum legere incipiunt, ſomno corripi, quoniam intellectum figere nequeunt, & ob id uapores craſſi, & frigidi excitantur, qui cerebrum frigefacientes ſomnum inducunt. ex aduerſo uiros intelligentia praeſtantes minime, dum lectitant, dormire, eo quia intellectũ firmantibus ipſis calor internus amplificatur, atque inde vigiles potius quam ſomniculoſi euadunt. Poſt vociferationem, cantum, atque lectionem ſuccedit ſermo, ſiue locutio, quae & ipſa uocis exercitatio eſt, attamen praedictis omnibus tum vehementia, tum robore cedit, & ideo inter debiles exercitationes recenſeri meretur. Nam ijs in primis accommodatur, qui praeter modum ad ſomnum propenſi ſunt, quiq. aut prae humore melancholico, aut prae phlegmate ſenſus tor- E
pentes, quaſiq. oppreſſos habent. tales namque a ſermone perpurgantur, eorumue animi ita expergefiunt, ut faciliter mox ſenſus a corpore liberentur. Pituitam porro a ſermone conſumi, indicant ſputa ex loquentis ore affatim emanantia, quae partim a capite, partim a ſtomacho, partim a thorace exeuntia, cuncta iſta membra ſermonis beneficio gaudere demonſtrant. Iam vero ſermo vim quan-
Oribaſius 1.6.c.7. dam obtinet, ſi Antyllo credamus, ut caput impleat, & grauitatem afferat, cuius rei gratia ſciunt medici in doloribus capitis, pluribuſue alijs eius affectibus ſermonem interdicendum fore, ſermo praeterea lippientibus, & quibus ſanguis e naribus funditur, aut a pe-
lib.4. c.4. 5.Meth. ctore reiectatur, non parum nocet. Quapropter Cornelius Celſus, atque Galen. in ſanguinis reiectionibus ſilentium neceſſario requiri uoluerunt; ſimiliter linguam exſiccat, ſitim inducit. atque F
6 Epid. com.3. in lib. de loquacitate in fine. hinc ſapienter Hippocrates ſcriptis mandauit, ſilere, & os continere ſitim exſtinguere. quam ſententiam explicans eruditiſſimus Plutarchus non ſolum ſitim a ſilentio non generari, verum nec triſtitiam, nec dolorem dixit, qui etiam multos, dum ſeſe a loquendo continerent, tuſſim, ac ſingultum curaſſe memoriae prodidit.
lib.27.c.6 Triennio (ait Plinius) Maecenatem Meſſium accepimus ſilentium ſibi imperauiſſe a conuulſione reddito ſanguine. Ad haec vires diſſolui a ſermone, idq. praecipue in febribus, & magis quoque in ac-
loco citato. ceſſionibus, teſtatum fecit Oribaſius. ut nullum amplius dubium ſuperſit, quin, & iuuandi, & nocendi ualetudini facultatem obtineat ſermo: ne dicam quot damna, quotue commoditates, pro ut is adhibetur, ſaepenumero animis ingerat. quae ſi perſequi uellem, nimis a propoſito noſtro recederem, quando praeſertim, & Plutar-
chi

A chi de loquacitate libellus,& Galeni de curandis ac cognoſcendis animi morbis,haec cognoſcere cupientibus ſufficere poſſunt. Hactenus de articulatae uocis exercitijs. Praeter haec autem duae sũt exercitationes,quae tametſi vocis minime propriae videãtur, &ab auctoribus ut plurimum praetermiſſae ſint, attamen ipſae quoque in exercendis aliquibus corporis partibus facultate non carent: atque eae ſunt riſus, & fletus. Nam riſus,dum oris dilatatione,praecordiorumue titillatione interiora, & praeſertim faciem exagitat, quín illas partes inſigniter calefaciat, haud quaquam infitiari poſſumus: eo magis quod rubor in ridentium vultibus efflorefcens caliditatis acutae apertiſſimũ argumentum exſiſtit. & iccirco crediderunt nonnulli,Homerum uocaſſe riſum γέλωτα ἄσβεστον,ſicuti grammatici γέλως ab ἕλη,quae uox caliditatem ſignificat deduci tradiderunt. B Proderit igitur in primis ridere illis,quibus frigidae ſunt & capitis,& thoracis partes,melancholicis, & a frigida cerebri intemperie deſipientibus, attonitisq. & qui ob moerorem,ac triſtitiam in febres,aut alios affectus delapſi ſunt. de riſu uerba feciſſe Coelium Aurelianum exiſtimo, quando in atrophiae curatione animi [illegible]xationem,διάχυσιν uocatam,poſt cibum commendauit; & quando ſimiliter in capitis dolore adhibendam praecepit eãdem,ne a mentis intentione caput impleatur. In his etenim uniuerſis, cũ frigida intemperies dominetur,merito auxilium praeſtat riſus,nimirum qui multum aerem in pectore moueat,& ſpiritũ calidiorem emittat, ut ſcriptum eſt ab Ariſtotele,qui hac de cauſſa ridentes grauiorem uocem edere quam flentes iudicauit. hoc autem tanto magis ſperandum erit,ſi riſu ſeſe exercere uolentes alas ſibi ipſis titillari facient; propterea quod magnus in illis partibus uenularum,atque arteriarum concurſus exſtat, quae titillatae concalefiunt,& ſpiritum ſubinde ex calefactione genitum per uniuerſum corpus diffundunt. Neque uero latere quemquam debet,ualidum riſum,ſicuti dixit Plato, magnam mutationem parere, nempe de quo celebratur apud Graecos hic ſenarius.

11. partic. probl. 13. & 15. & 35 Partic. proble. 8.

C

Γέλως ἄκαιρος ἐν βροτοῖς δεινὸν κακόν, idest

Riſus intempeſtiuus inter mortales graue malum. Siquidem talis, praeter immoderatam ſpirituum effuſionem, praeter nimiam agitationem,calefactionemue, non raro, ſecundum Ariſtotelis, & Alexandri ſententiam, uehementem reſolutionem inducit: quoniam uitalis uis, & inſitus calor immodice foras prodit, ac inde fit, ut ſic ridentes ſudent, ac rubeant ſanguinis aduentu: calorem etenim natiuum, ignemque ipſum, ſicuti per loci appetitionem ſurſum

2. de repu.

loco citat. lib. 1. Prob. 19.

ſum efferri, ſic per alimenti deſiderium ima patere neceſſe eſt:igi- D
tur utralibet mouendi ratione perempta,calor inſitus interit,& uis omnis vitalis euaneſcit.ut non abſque ratione Homerus finxerit
Odyſſ. 5. Procos riſu emori,

Ατὰρ μνηςῆρες ἀγανοὶ
Χεῖρας ἀνασχόμενοι γέλῳ ἔκθανον, ideſt,

tum Proci illuſtres
Manus extollentes riſu emoriebantur:

li.2.de pao dia Cyri. Necnon Aglaitidas apud Xenophontẽ dixerit,riſum huiuſcemodi mouentes, neque corporibus, neque animis prodeſſe. Porrò caput,ac thoracem peculiariter ab huiuſce generis riſu offendi nemo negauerit,quemadmodum interdum laxata maxillarum oſſa, dorſumq. oblaeſum animaduertimus. Fletum tametſi Ariſtoteles in pueris laudauerit, quaſi eorum corpora flendo contracta, & con- E
2. Tuſcul. tenſa robuſtiora euadant, Ciceroq. ſcriptum reliquerit, athletas, cum exercebantur, ingemiſcere conſueuiſſe, ut ſe intenderent ad firmitatem;exiguum tamen uſum in tuenda bona ualetudine habere certo ſcimus:pueri namque fortaſſe a ploratu minus offendũtur, quoniam ei a primo ortu inſueſcunt, quippe qui ſtatim ac ex utero parentis in lucem uenerunt, plorare incipiant: cuius cauſſam Soranus epheſius explicauit eſſe; tum quia tenuis ſpiritus a luce con-
In Iſagog. cap.17. cutitur: tum quia inſuetam terram attingant, quando mulieres in
Prob. 61. lib. 1. nauibus parientes mutum edunt.quam ſententiam ſecutus Alexander medicus addidit,illos minime audiendos eſse,qui animum dicant, quod amiſso caeleſti domicilio corpus inhabitare terrenum occoepit,iccirco infantem cogere dolere,atque plorare.Caeterum adultiores quem nam ex fletu capere fructum queant, nuſquam ui- F
deo. quod enim is corpora frigidiora intenta, ac debilia reddat,
loco citat. praeter Ariſtotelem ob praedicta flentes acutiorem uocem redde-
5.Aph.54 re narrantem, Galenus quoque atteſtari uidetur, ubi pueros, dum
1.de tu.ſa. cap.8. plorant, interrupto ſpiritu ob uires defatigatas reſpirare ſentit. qui item a fletu nonnumquã febres accendi perſpicue teſtatus eſt. quãtum ſubinde oculis ipſis detrimentum afferat, inde conijcere faci-
In prob. liter poſſumus, quod lacrymis ab humoribus oculorum (ſi Caſſio medico credimus) defluentibus eos conſumi neceſſarium eſt. ut
Lib.6. ca. de cur.ocu. ſumma cum ratione eloquentiſſimus auctor Cornelius Celſus continuos fletus oculos imminuere ſcriptum reliquerit: ne ſileam quantum damnum uox recipiat, dum fauces,ac uocalia inſtrumenta inter flendum madefacta, exa ſperataue, eam raucam efficiunt, tuſſesq. ac noxios catarrhos latenter concipiunt. nam, & apud

Coelium

A Coelium Aurelianum legitur, ploratum post cibum ualde stomachum labefactare. Ex quibus omnibus colligitur, aut nullum, aut exiguũ emolumentum a fletu corporibus accedere, & iccirco similem uocis exercitationem dumtaxat animorum passiones, ut uoluit Possidonius, exsaturare posse, quando nonnulli affectibus pleni, quoties uolunt, plorare queunt, alij passionibus uacui etiã si uelint nequeunt. Atque tot de vocis exercitationibus dicta sufficiant. Gale.4.de pla.Hip.& .Plca. ult.

De Cricilasiae, Trochi, & Pilamallei qualitatibus. Cap. VII.

CRicilasiae exercitatio tametsi apud nullas nationes (quod ego sciam) in vsu habeatur, quaeq. eius apud ueteres forma & modus fuerint, plene nondum mihi com-
B pertum sit, nihilominus facultates eius ab Oribasio descriptas praetermittere nolo, ut si forte alter, uel ipsissimam Cricilasiam, uel aliam similem exercere nouerit, eius uires minus ignoret. 6.collect. cap. 26. Illam itaque inter magnas exercitationes locum habuisse, memoriae proditum est ab Antyllo, qui etiam dixit, Cricilasiam intenta corpora mollire, & quae loco stabiliri non possunt, tum reuolutionibus, tum etiam figurarum corporis uarietate sic parare, ut facile flectantur, & stabiliantur; neruosque imbecillos firmare, & laxare, calorem excitare, & intelligentiam, quae de uia deflexit, & atra bile agitatur, ad statum suum reuocare. Oribasius loco cita. Neque item trochus antiquorum quis fuerit, satis mihi constat, nisi uel eundem, trochum nostrum vocatum, vel paullo dissimilem illi fore dicamus. Hunc proculdubio inter exercitationes tardas, atq. remissas collocandum es-
C se omnes affirmant, cumque virgis illis pilas in circum ferreum impellentibus agatur, necnon modo stando, modo ambulando exerceatur, ualetudinarijs, atque ijs, qui prae uirium imbecillitate, aut aliquo alio impedimento detenti, maiores exercitationes obire nequeunt, in primis conuenire uidetur, secundo loco senibus, atque ceteris, qui maioribus laboribus incalescunt nimis, tum etiam aestate potius aptabitur; peculiariter visus in ipso exercetur, brachia, & crura; quae omnia in simili motu suauiter, ac citra omnẽ uiolentiã laborantia, quin robur acquirant, negari minime potest; sicuti in multis experientia quotidie comprobatur cum aluũ citare, humoresq. ad infimas partes detrudere, & succis uentriculi, ac totius corporis concoquendis suffragari. Verũ enim uero qui capite uertiginibus obnoxio sunt, quique podagris, aut ulceribus tumoribusque crurum sollicitari consueuerunt, ab hac exercitatione abstinere de-

bent;quoniam in alteris ſpiritus capitis commoti facillime affectiones illas excitant;in alteris humores ad infima delabentes eos morbos fouent,ac incredibiliter augent. Inde eſt,quod Aretaeus in curatione epilepſiae ſolam eius vertiginis inſpectionem , quam facit inſtrumentum illud , quod βεμβῖκα dicunt, & de quo ſupra ſumus locuti epilepſiam inducere monuit.Hoc fortaſſe exercitationis genus intellexit Auicenna, quando dixit; Et ludere cum uirgis retortis dictis alſulegiam cum pila magna,aut parua lignea, niſi quod illud inter fortes exercitationes reponens, & pilam magnam nominans a noſtro differre demonſtrat, nempe quod ſit debile ,ſoliſque paruis ſphaerulis agatur. Habemus & aliud motus corporis genus, quod pilis ligneis exercetur humi dupliciter, uel pilas in circũ ferreum humi defixum manibus impellendo, uel cubo ligneo eas approximando, quod quidẽ genus dorſum ob inclinationes cõtinuas exercet, attamen caput offendit, atque renes; in quorum ulceribus ἐξαπιναίους ἐπικύψεις uitari mandauit Rufus medicus, neque admodum pro ualetudine probatur. legitur enim apud Gal. exercitationes inclinato capite, dorſoue peractas nequaquam illis conuenire, qui occaſione qualibet leui uertigine, epilepſia, ophthalmia, auriũ dolore, gutturis, aut alterius, capitis, & colli inflammationibus occupantur. Praedictis omnibus tum notior,tum frequẽtior eſt pilamallei uocati exercitatio, qua ueteres gymnaſtas caruiſſe nemo nõ fatetur; ſed quanto magis tẽporibus noſtris penes cunctas nationes ipſa inoleuit, tanto magis neceſſarium uidetur illius facultates declarare. Nam quod ex magnis ſit exercitationibus,ac uehemẽtibus facile eſt,& a labore,qui ſuſtinetur in ipſo,& ab eius natura conijcere; a labore, quoniã ſudor, defatigatio,rubor faciei,ſpirationis magnitudo ut plurimum in ſic ſeſe exercentibus oboriuntur; ex natura uero eius, quia cum, & deambulatio fere continua, ac reflexa,& brachiorum iactatio, dorſiue totius obnixio quaedã adhibeantur, indubitatam fidẽ faciunt,nequaquam abſq. violẽtia, aut magnitudine huiuſcemodi exercitationẽ conſiſtere.& iccirco probabile fit, ipſam calorẽ natiuum augere, excrementa euacuare, ſomnos profundos generare,& concoquendis cibis, atq. crudis humoribus cõferre. At caput ab eadem repleri certum eſt, quando Gal. hoc uitium magnis exercitationibus adſcribendum eſſe iudicauit. Quantum porrò ad particulares effectus pertinet,in hanc ſententiam uenio,pilamallei exercitationẽ praecipue brachia, atq. dorſum exercere,ſecundo crurat,& propterea illis omnibus congruere,qui mẽbra iſta confirmare ſtudent, quiq. multitudinem ciborum perbelle

libro 1 ſe.3.do.2. cap.2.

In lib. de offe. ren. 5. de tue. ual. cap.3

D E F

confi-

A conficere, succos utiles per vniuersum corpus distribuere, & superfluitatem, tam per sudorẽ, quam per secretam difflationẽ exinanire intendunt. Ceterum nemo, uel mediocriter rei medicae peritus, ignorat, valetudinarijs, ac debilibus, quorum uires leui de caussa destruuntur, exercitationem istam minime accommodari: tanto minus illis, quibus capita male affecta sunt, aut aliquo pacto imbecillia. nam, & qui dorso non admodum valent, quique renes calidos, urinasq. acres habent, ex talibus motibus summopere offendũtur, sicuti quoq. nocet exercitatio haec, vbi partes inferiores inflammationem, aut alium tumorem pati solent. Summatim possunt, qui sanitate fruuntur, ad eam tuendam, optimumq. habitum generandũ pilamalleo sese exercere: qui vero aliquo pacto ab aegritudine occupantur, omnino abstinere debent. illudq. semper memoria te-
B nere operaepretium est, quae de exercitationibus bona a nobis pro mittuntur, uera reperiri, modo ea ratio temporis, loci, quantitatis, modi, atque corporum seruetur, quam in 4. libro necessariam esse monstrauimus. alioqui si negligatur, mirum non sit, loco bonorum inemendabilia mala succedere: quemadmodum saepenumero in proposita exercitatione euenire certo scio, quae cum ferè post prandium a plurimis agatur, nullo salubritatis loci, ac temporis habito delectu, nõ sua culpa, sed exercentium incuria perniciosas affectiones, ac prauos habitus inducit. quo magis omnes admoneo, ut diligentiam, a Maioribus nostris in exercẽdis corporibus obseruatam, quantum conceditur, imitantes, melius valetudini, atque membrorum robori consulant, neque committant, ut proprijs erroribus, & sanitatem simul deperdant, & honorem, dicẽte Galeno nostro ma- 5. de tue. ual.
C gnum dedecus illis esse, qui a natura sanam corporis constitutionẽ sortiti eam ob exercitationum, ac recte uiuendi negligentiam corrumpunt, atque morbosam reddunt. Et quoniam hoc in capite duo diximus, alterum quod pilamalleus, exercet dorsum, alterum, quod illis euitandum est, quibus dorsum est imbecillum, sciendum erit, Galenum voluisse, in senibus debiles partes numquam exerceri, in 5. de tue. alijs semper debere. rationem, qua inductus illud dixit, hanc fuisse ual. cap. 3. existimo; quoniam debilitas senum emendari non potest, cum ex uirtutis motricis defectu proficiscatur, aliorum uero reparabilis est. unde, quando nos aliquas partes imbecillas minime exercendas consulimus, semper de imbecillitate confirmata, ac inemendabili, non autem de recenti, atque de curabili, dicta nostra intelligi uolumus: ne a Galeni placitis, quem omnes medici sequi tenentur, in hac sententia recedere uideamur.

De equitationibus facultatibus. *Cap. IIX.* D

2. de tue. ual. cap. 8. 6. Epid. com. 1. aph. 6.



Quitationem, quã Galenus aliquãdo inter ea, quae exercitationes simul, & opera nũcupat, adnumerauit, ex eius dẽ sententia magnam exercitationẽ esse, aperte constat. Quo circa, quantũ sit ex se, poterit natiuũ calorem augere, & excrementorũ inanitioni opitulari. Est aũt nõ parua differentia, an equus (sic appello equũ, mulũ, & aliud qđ uis portandis hominibus accõmodatum animal) lente, celeriterue gradiatur; an succusset; an asturco sit, ac tolutarius, an currat. De placida, & lenta equitatione scriptũ inuenitur ab Antyllo, atque Aetio, si placide equus gradiatur, nihil magis, quã lassitudinẽ, & praesertim inguinibus afferre. de hac inquã uerba faciẽs Hippoc. memoriae prodidit, continuã equitationẽ lassitudinẽ magnã parere, hominesq. infoecundos & coeundi impotẽtes reddere, nec nõ dolores diuturnos, & claudicationes generare. neq. iccirco sentẽtia Hipp. dãnanda uidetur, qđ Aristoteles cõtrario plane sensu scriptũ reliquerit, equitantes assidue libidinosiores euadere; quoniã genitalia continua attrectatione, motioneq. incalescẽtia spiritũ cõcipiunt, sicq. coeũdi cupiditas inducitur: siquidẽ Hipp. de placida, & nimis freqũeti loquitur, vtpote q̃ leni motu nõ ita calefaciat, & pendẽtes coxas, atq. pedes oblaedat: Aristoteles uero de ea, q̃ equo celeriter gradiẽte, & interdũ succussante, sed nõ admodũ freqũẽter exercetur, uerba facit, unde particula (assidue) quã latini interpretes apponũt, cũ in Graeco Aris. codice nõ inueniatur auferẽda plane erit. Haec etenim equitando facta exercitatio, ut Antyllus, & Aetius crediderũt, totũ corpus laboriose cõcutit, & magis adhuc oĩbus alijs exercitationibus. Vnde ab Alexãdro Tralliano ĩ dolore capitis, quẽ caussa frigida gignit, adhibetur, sicut in epilepsia, in surditate, praesertim uero stomachum firmat. ut non immerito scriptũ sit a Plinio, equitationẽ stomacho, & coxis utilissimã reputatã fuisse. qua itẽ ratione in singultu curando ab Aetio vsurpatur, sensuũ instrumenta subinde purgat, eaq. reddit acutiora, hydropicos (ut sentit Trallianus) si quid aliud, maxime iuuat, solutam aluũ, & fluentẽ, dicente Celso, coercet, crura quoque tenuia crassefacit, quod Germanici exẽplo testatur Suetonius. Ceterũ thoraci maxime aduersatur, nec nõ uesicae male affectae, in cuius ulcerib. curandis ante cetera huiuscemodi exercitationẽ vitari placuit Archigeni illi, praestantissimo Hadriani Imp. Archiatro: coxis etiam obesse scripsit Hippocrates, quanquã in hac re uarias auctorũ posteriorum exstare sententias reperio. Themison Methodicorum

[Margin notes: Oribasius li 6. c. 24. Aet. lib. 3 cap. 7. — E (beside "infoecundos") — Prob. 12. li. de aere, aqu. & loc. cap. 11. 4. Sect. probl. 12. — locis cita. — F (beside "ab") — lib. 27. c. 7 — Lib. 9. c. 3. Aet. li. 21 cap. 30. loco cita.]

princeps

A princeps in coxendicum dolore ἰσχιάδος nomine a graecis appellato equitare imperabat aegrotantes, quo magis ob uehementiã motus partium faceret uexationem: post ipsum idem cõfirmauit Theodorus Priscianus, &, quem modo citaui, Plinius. Ex altera parte iam diximus, Hippocratem coxis equitationem inimicam, earumq. dolorum parentem reputasse, quem secutus Coelius Aurelianus Themisonis placita insectatus est, tamquam ueram ischiadicorum curationem destruentia. Ego, cum animaduerto in hac exercitatione uehementer coxas incalescere, ac ex motu debilitari, ita sentio, humores defluentes faciliter ibi decumbere, atque inde dolorificas affectiones excitare, tanto magis affectus iam excitatos, quasiq. inueteratos acerbiores & indissolubiliores effici reor: quibus item rationibus equitationem a Celso podagricis iure damnatam fuisse puto. Coel.li.5. cap.1. li.2. ad Timo.c.21. Li.4.c.vlt.

B Equitatio peracta, succussante equo praedictis duabus proculdubio deterior est, nimirum quae uniuersum corpus molestie quasset, & dolores excitet, augeatq. Sicut in Niptris ille sapientissimus Graeciae saucius intelligebat, ubi diceret.

Pedetentim ite, & sedato nisu ne successu
arripiat maior dolor. Cic.2. Tus.

Quo item Lucilius poeta antiquus innuit, dum equum succussantem taetrum nuncupauit hoc uersu. Nonius Marc.

Succussatoris taetri, tardiq. caballi.

Ad haec succussationẽ uehementer caput offendere, collum, & dorsum, & nates, experiuntur illi, qui aliquãdo in hunc modũ equitare coguntur. Denique si vlla est equitatio, quae uiscera praecipue (id.

C n. fatetur Gale.) agitare apta sit, proculdubio nũc proposita talis est, a qua nõ solũ interiora omnia concuti, uerum etiã suspendi, quasiq. arripi ui dentur. illud unũ habere iuuamẽ potest, ut cibis, atque crudis humoribus concoquendis, aluoq. ciendae, ac vrinae proliciendae, necnõ a renũ (qđ Auicennae placuit) loco lapillis atque arenulis ad inferiora deducẽdis adiuuare queat. Sed, quoniã maioribus damnis cõmoda haec cõpensantur, oẽs ab exercitatione simili abstineant cõsulo. In asturconibus equitatio (eam sic appello, quam uulgari nomine portantũ, aut trainã uocant Itali, & de qua ita Martia. 2.de tu.vã. cap.11. lib.4 fen. 19.tra.1. cap. vlt.

Hic breuis ad numerum rapidos qui colligit ungues
Venit ab auriferis gentibus astur equus) Lib.14.

quemadmodum magis corpus, & membra gradarij equi uectione exercet, ita minorem molestiam parit, siquidem mollis illa alterno crurũ explicatu glomeratio minimum fatigat, peculiariterq. aluum citare usu probatur. De equitatione currentibus equis facta, licet

apud Arist. legatur, ita equitantes, quod magis caueant, minus cadere, tamen eam improbare uidetur Galenus hac ratione, quia saepe contingit equitantes in terram decidere, & nonnumquam ex casu emori: sed praeter hanc multae exstant caussae aliae, ob quas a sanitatis studiosis huiusmodi equitatio omni diligentia euitari debet. nam corpus (vt scribit Hippo.) nimium calefacit, exsiccat, atque extenuat, ob id ad minuendam carnis multitudinem a Coelio Aureliano probata, caput male afficit, sensus hebetat, oculos non parum offendit: quandoquidem Aristot. caussam indagans, cur, qui equo uehuntur, quo longius equus decurrerit, eo magis emittere lacrymas solent, significat ideo illud euenire, uel quoniam motus calefaciēs valde humores oculorum eliquat, & lacrymas inde ciet, uel quia sicuti uenti aduersi oculos perturbant, sic aer occursans tanto magis ferire potest, quanto equus uelocius agitatur. laedit praeterea haec equitatio tam thoracem, & pulmonem, quam uiscera uniuersa. Quod etiam renes maximo detrimento afficiantur, fidem facere possunt multi, quorum alij vrinae ardore, alij lapillis, alij vlceribus modo renum, modo vesicae, modo peritonaei vsque adeo ob hanc exercitationem sollicitati fuerunt, ut fere ijs affectionibus mortem obierint: ne dicam quot luxationes, quot ossium fracturae, quot membrorum distorsiones saepenumero inde nascantur, dum brachia, dorsum, coxae, & crura supra modum laborant. Videant igitur quos currentibus, atque mutatis equis itinera sua obire delectat, quot, ijsq. grauissimis periculis, nedum ualetudinē, uerum etiam salutem ipsam subijciant, quomodoq. non ingenuorum, aut sanitatem curantium ac uitam, sed potius perditorum hominum, athletarum, nihilq. uitam, qua nobis carius, aut optatius nil reperitur, aestimantium opus exerceant. Hactenus de equitationis speciebus, quarum nullam aegrotantibus admodum conferre scripserunt Antyllus, atque Aetius, quasq. nec ijs, qui medicinam sumpserunt, ullo pacto congruere memoriae tradidit Soranus Ephesius, neque illis, qui renum morbis male afficiuntur, uel earum inflammatione laborant, conuenire censuit Galenus. Sunt qui in equo sedentes gestari delectentur, quae exercitatio parum male ualentibus usui esse mea sententia potest, nam, ut mollissime ueharis, tamen lassitudo inguinum, lumborumq. & dura suspensio, explicatioq. percipitur, quando subpedaneis corpus sustentare, perarduum est, ne dicam impossibile. accedit & mala, ac dolorifica illa concussio, si quo modo incitatius feraris. Valentibus magis conferre eadem potest, corpus, animum, & stoma-

chum

In lib. de paruae pilae ludo.

2. de diaeta.

li. 5. c. vlt. Sect. pb. 23.

locis citat. In Isagog. cap. 23. 6. epid. com. 3. aph. 2.

A chum firmando: ſenſus expurgando, acuendoq. ſed pectus, atque pedes debilitat.

De geſtationum inuniuerſum viribus. Cap. IX.

NTEQVAM geſtationũ ſermonem aggrediamur, illud prius adnotandũ lectoribus uolumus, nos minime ignorare, multos equitationem inter geſtationis ſpecies repoſuiſſe, inter quos fuit Aetius Amidenus; ſed nequaquam horum opinionem ſequi uoluiſſe; tum quia Cornelius Cel. antiquus ſimul, & celebris auctor, ubi geſtationis ſpecies adnumerauit, ne uerbum quidem de equitatione facere uoluit, quaſi alienam a geſtatione iudicauerit, id quod multos alios opinatos fuiſſe conijcitur ex Antyllo; tum quia expreſſe Gal. geſtationem, & equitationẽ diuerſas eſſe declarauit in 2. de tu. val. ubi alias exercitationes a nobis fieri tradidit: alias ab extrinſeco, ut geſtationes: alias mixtas eſſe, qualis equitatio eſt; tum quia, ſi geſtatio, ut definiunt omnes auctores, mixta eſt ex motu, & quiete, pluribus corporis partibus non moueri apparentibus, uniuerſo autem corpore a latione moto, haec condicio ab equitatione longe abeſt, in qua ſcilicet manifeſtiſſime omnes fere corporis partes moueri conſpiciuntur. ſed iſta parum referunt, quando etiam Antyllus, atque Aetius ſeparatim de equitatione ipſa uerba fecerunt. Hanc inquam geſtationem ab equitatione ſeparatam, necnon a graecis αιώραν uocatam, multas quidem habuiſſe ſpecies, in ſuperioribus declarauimus: at quae omnibus uniuerſali geſtationis nomine comprehenſis facultates attribuuntur, prius explicabuntur, demum particulares effectus ſingulis adſcriptos perſequemur. ſed prius id ignorari nolo, ſaepenumero apud auctores reperiri geſtationes, & exercitationes ſimul nominatas, quaſi utraeque inter ſe differant, quorũ ſentẽtiae de exercitationibus proprijs, quae vehementiores motus geſtationibus exſiſtunt, non autem de communiter acceptis interpretandae ſemper erunt. Eſt igitur geſtatio ſecundum Antylli, Aetij, atque Auic. ſententiam, inter placidiſſimas, atque debiles exercitationes, & propterea non ſolum ſanis, & ualetudinaijs, uerum etiam lõgis, ac inclinatis morbis, & denique ijs, quibus lentae morborum reliquiae remanent, nec aliter eliduntur, accõmodatae ſunt. In acutorũ nonnullis, ut ab Aretaeo in Lethargicis, nephriticis probãtur. quinimmo tradit Celſus Aſclepiadẽ etiam in recenti, uehementiq. febre, praecipueq. ardente ad diſcutiendam eam geſtationis uſum

com-

[Margin notes: B; C; lib. 3. c. 6.; lib. 2. c. 15; locis cita.; loco citat.]

comprobasse. quod profecto periculose efficitur, meliusq. quiete D eiusmodi impetus sustinetur. In sanis etenim, ac ualetudinarijs gestatio, cum nec lassitudinem corporibus ingeneret, immo ea fere magnis exercitationibus similiter moueat, potest calorem naturalem augere, materiae multitudinem discutere, habitum corporis firmare, actiones stupidas excitare, segnitiem dissoluere, corporis turbationem sedare, ijs, quos uigiliae exercent, somnum conciliare, & contra etiã ueternosis, ac dissolutis reditum ad se, vigiliasq. parare. nam somnum conciliat, excrementa, quae a capite ad stomachum delabuntur, per halitum digerendo, quae nimirum partes sunt uigiliarum praecipuae caussae: sed vigilias postea inducit corporis tenorem ad se reuocando, & corroborãdo. &, quamquã Seneca epist. LVI. videatur gestationem facere magis laboriosam, quam ambulationem; eius tamen oratio interpretanda est de eo solo, qui ualetudine offensus ab omnibus fere turbatur. In quibus morbis de gestatione periculum facere placebit, sic experiundum esse consuluit E
loco citato. Celsus, si lingua non erit aspera, si nullus tumor, nulla durities, nullus dolor uisceribus, aut capiti, aut praecordijs suberit, & ex toto numquam gestari corpus dolens uoluit, siue id in toto, siue in parte est, nisi tamen solis neruis dolentibus; neque umquam in recenti febre, sed in remissione eius. Nihilominus, citra multas obseruationes, ab auctoribus probatas esse in uarijs affectionibus gestationes reperitur. Coelius Aurel. in libris, quos de morbis diuturnis inscripsit, eas in incubone (quo morbo plurimos Romae quasi ex cõtagione quadam aliquando perijsse, refert Silimachus Hippo. sectator) commẽdauit, similiter & in uocis amputatione, in haemoptoicis, in quibus eandem damnauit Asclepiades, in asthmate, in stomachicis, F in elephantiasi, in colicis, in arthridite. Theodorus Priscianus quoque, & ante ipsum Aretaeus gestationes adhibendas uoluit in meancholia, in atrophia, in spleneticis, necnon in stomachi doloribus. Iisdem exercitationibus in illis, qui valde exsiccati sunt, atq. re-
7. Meth. fectione opus habent, Galenum vsum, aliquando legitur. Quin & ipsemet Celsus pro sacro igne curando gestationem laudauit, ut non semper condiciones ab ipso demonstratas obseruatu necessarias sore hisce auctoritatibus conuincere ualeamus. Non est tamen igno-
lib. 2. cur. chron. c. 7 randum, magnopere referre, quonam in loco quis gestationibus vtatur. quod Aretaeus coeliacorum exercitationes demonstrans, eam caeteris praetulit, quae inter lauros, myrtos, atque thymum efficitur.

De

A

De gestationum in vehiculo, lectica, atque sella particularibus viribus. Cap. X.

EXplicatis ijs, quae ab auctoribus de gestationū facultatibus in vniuersum tradita fuerunt, iam ad particulares descendere opportunū est, si prius illud in memoriā reuocauerimus, scriptores.s.medicinae, qñ sine additione gestationis usum in sanis, atq. ualetudinarijs nominant, de qualibet eius specie intelligere: qm̃ nulla ferè inuenitur, quae ipsis utiliter accōmodari nō possit: quando uero in aegrotis loquūtur, interdum oēs, sed in remissionibus morborū, interdū placidiores significare. Vehiculorū multa fuere apud maiores nostros genera, quorū luxuria vsq. adeo interdū Romae creuit, ut, referente Plinio, aurea, ac ar li.34.c.17
B gētea facere nō sint ueriti. sed hoc praeter institutū nostrū est. Nam, quae pro sanis, aut aegris in usu habita sunt a medicis uehicula, alia ab animalibus, mulis.s. aut equis agebantur, alia ab hominibus, & utraq. uel tardiusculè, uel celeriter. Gestationē vehiculo factā q̃uis ceteris acriorē esse dixerit Celsus, nihilominus, secundū Galeni sen li.2.c.15. tentiā, inter debiles exercitationes recenseri meretur. quo fit, ut sa- 2. de tue. ual. c. 11. nis, nisi aliter exerceri impediantur, minime omniū cōueniat. Vale- 5. de tue. tudinarijs, atq. senibus magis, quēadmodū Antiochū sese exercuis- ual. se, & Caeciliū Pliniū accepimus: maxime uero aegrotātibus, de quibus sermonē faciens Antyllus dixit, gestationem in uehiculo factam uim quandā amoliēdi, cōmouendiq. morbos stabiles, & permanentes habere. Qua propter Seneca epist. 56. ad bilē faucibus infixā discutiendā, & ad spiritus densitatē extenuandā sibi mirifice profuisse
C scribit, qui, ꝙ anhelandi difficultate, siue suspirio, ut ipse uocat, non raro usq. ad expirationis periculū exerceretur, huiuscemodi exercitatione aduersus morbū utebatur. Haec inquam exercitatio du- lib.3.c.6. plex ab Aetio traditur, altera mitior, altera uehementior. de mitiori scriptum reliquit, ea in capitis affectionibus, & his, quibus intestina fluxione laborant, utendum esse. unde sapienter Coelius Aurel. lib.1. c.3. iudicauit, capitis dolore uexatos per longā uiam gestari debere, ne frequenti uersione aegrotanti uertigo induceretur, velut etiam nō sine ratione in furore, atq. paralysi curandis uehiculi manibus acti gestationem adhibendam esse uoluit, quamquam eandem postea in epilepsiae curatione improbauerit, ꝙ motus rotarū uertiginem, caliginemq. faciat aegrotanti, quae passionis imaginē ferat. licet.n. Galenus, Trallianus, & Aetius in vertiginosis, epilepticis, graui 5. de tue. ophthalmia, aut aurium dolore, surditateue captis, necnō in hemi- ual. cap.3

cranicis

cranicis similem exercitationem prorsus auersari non uideantur: D
attamen Aetius sic affectos leniter moueri, & auersos ab itinere retrorsum desidere in curru mandauit: multos subiungens se nouisse
Loco cit. hoc modo curatos, qui nullo alio auxilio indiguerunt. Aetium deinde secutus Auicenna addidit, huiuscemodi uectationem retrouersa facie peractam uisus debilitatis, eiusq. obfuscationi magnū iuuamentū conferre. Hanc mitiorē in aluo fluente cōmendauit Celsus: quam ualetudinarijs quoq., & senibus Ausonium Gallum poetam, & Ausonij medici a Marcello citati filium probasse puto, quādo is, amico cuidam seni, & a morbo resurgenti scribens, monet Cisio, & Veredo, quae erant vehiculorum genera, tarde vehatur, rhedas, petorita, & equorum ueloces motus fugiat, his uersibus.

Pelle soporiferi senium, nubemq. veterni,
Atque alacri mediam carpe vigore viam, E
Sed Cisium, aut pigrum cautus conscende Veredum,
Non tibi sit rhedae, non amor acris equi.
Canterij moneo male nota petorita vites,
Nec celeres mulas ipse metiscus agas.

Porrò uehiculi gestationem uehementiorem tamquam calefacientem, attenuanteq. ui praeditam in supprimenda carnis multitudine a
li.4.c. ult. loco cita. Coelio cōmendatam inuenio: quam itē ab ipso pro atrophiae curatione, & ab Aetio in affectionibus pectoris, & stomachi, in tumoribus laxis, in hydropicis, ac stupore attonito perculsis ueluti optimū praesidium usurpatā fuisse, constat. In lectica gestatio facta ut praedicta aliquanto remissior atq. blandior exsistit, sic quoq. plures usus apud medicos in exercendis aegris habuisse legitur. quod enim in sanis quandoq. eam adhibitam reperiamus, id factum credo: nō ut F
similï exercitatione ulla ualetudini accederet utilitas, sed potius,
Q. Curti° quia a senectute, siue alia caussa (ueluti Alexander ob cruris vulnus in militari expeditione lectica usus traditur) cogebātur, uel ut a puluere, sole, uentorum flatibus, pluuia, grandine, ac hyemis rigoribus defenderentur. quo circa, nisi aliqua ex praedictis caussis homines sani urgeantur, ut a lectica abstineant, consulo: quoniam, praeter agitationem illam, quae plurimorum capita uexare cōsueuit, generat & in corporibus quendam torporem, dum omnia ferè membra a motu ferientur, ut mox difficile reddatur, ea maioribus, ac utilioribus exercitationibus assuefacere. Verum enim uero hac particulari cōmoditate non mihi uidetur priuanda lecticae gestatio, q̄ sani uiri ea possunt uti post cibos, nō ad exercēda corpora, sed ad obeūda negotia necessaria, citra motus damnum, aut solatij, & exhilarandi

A randi animi gratia:quēadmodū factitasse Augustum, quando a caena se ī lecticulā lucubratoriā recipiebat, auctor est Suetonius. Quātum autē ad exercitanda languentium corpora spectat, duplex fuit illius apud medicos gymnastas usus, aut gestatis sedentibus, aut decumbētibus. Decumbētes in lectica gestantur, ut Antyllus, Aetius, & Auicēna memoriae mandarunt, qui lethargica febri, aut semitertiana, aut quotidiana, ac phlegmatica uexantur, hydropici, secundum Tralliani sentētiam, apoplectici, resoluti, nephritici, ac podagrici. siquidē haec cōmotio per lecticam habita (ut ait Arabum medicorum princeps) materiam expulsioni aptam efficit. prodest subinde talis gestatio ijs, qui diuturna imbecillitate laborant, qui elleborū sumpserunt: itemq. uigilantib. aut segnitie, & pigritia quadā oppressis, necnon ijs, quibus caninum in modū appetitus intentus B est, nimirum cum intentio illa sedetur. Ceterum sedētes ij lectica, secundum Aetiū, portari debent, qui in integra febriū declinatione cōsistunt. eadē ratione, & illi, q̃ alias exercitationes obire nequeūt, qui diuturno aliquo, & leui morbo impliciti sunt, qui, cum adhuc imbecilles sint, uires reficere cupiūt, qui tarde alimentū cōficiunt. Ex quo prudēter satis Corneli⁹ Cel. ubi phthisici nauigare nequeunt, lectica eorū corpora dimouēda consuluit: quemadmodū Alexander Trallianus, si quid aliud huiuscemodi gestationes, & naui, & lectica factas, hydropicos iuuare scripsit. In sella, quam scamnum uocare maluit eloquētissimus Celsus, gestatio facta, tametsi apud auctores saepenumero cū lectica cōfusa, atq. eadē inueniatur, nihilominus in duobus ab illa diuersam exstitisse puto: primo, quia lectica duorū hominum capax erat, sicuti innuit Suetonius, ubi Neronē C cum matre in lectica quandoq. uehi solitum scribit. quod minime de sella (ni fallor) legitur. secūdo, quia lectica interdū sex seruis, interdū octo, interdum plurib. gestabatur. sellā autē tamquā breuiorem, & unius dumtaxat capacē a pauciorib. gestatā, uerisimile uidetur. Neq. n. ullam inter se maiorē differentiam tēporib. nostris sella cooperta, & lectica obtinuerunt, q̃ q̃ altera a duob. seruis ut plurimum gestatur, uniusq. dūtaxat capax est, altera a iumentis portatur, & duos continere ualet. In sella sani gestabātur, deliciarū potius, & maiestatis ostentandae, quam ualetudinis gratia: quamquā Pliniū ca Romae uectū, ut etiam inter eūdum studijs uacaret, ipsius Nepos tradit. Celsus hanc sellarē, & simul lecticarē gestationē nauigatione in portu, uel fluminibus acta uehementiorem facit. Porro fiebat huiuscemodi gestatio, tū in sella cooperta, tum in aperta, tū sedendo, tum iacendo. Aegrotantes sine febre in sella detecta potius, quā

tecta

Marginal notes: locis cita. — lib. 9.c.3. — lib.2.c.15 — li.epist. 3

tecta gestari debere, censuit Antyllus. In alia utiliter portantur ia- D
centes febricitantes, atq. ex ijs lethargici potius, & quos cataphora
vrget. ꝙ si aliqui simplici permanenti, & diuturna febre iactentur,
Li. 2. chr. cap. ult. Oribasius loco cita. modo uires ferant, gestari plurimum debẽt, ut Coelius phthisicis cõ
suluit, quandoquidẽ gestatio, minus mouens corpora, quandoq. fe-
brem magis excitat. Ergo in febricitatibus, qui ad integritatẽ per-
ueniunt, uel quorum longa admodum remissio est, uel qui febribus
tenentur longis, etiam si non magna interualla habeant, conuenit
haec gestatio. quam similiter in multis alijs affectibus, nempe in do-
lore capitis; in epilepsia, si ferri queat, in mania, in paralysi a Coelio
Aurel. commendari, ex eius de chronicis passionibus inscriptis li-
bris clare habetur. ut etiam nos tuto, ubi res postulat, similibus ge-
stationibus aegrotantes exercere valeamus, dum tamen maturo
morbo, atque iam inclinante illud agatur: alioqui, si, adhuc saeuien E
te, aut incipiente affectione, gestatio administretur, accidentia acer
biora, & periculosiora consequuntur, quoniam motus, ut dissipare
utiliter concoctos humores, ac excrementorum reliquias potest, sic
calorem augere, spiritusque & humores nondum quietos, & repur-
gatos exagitare natus est. ex quo summum studium adhibendum
est, ne crescẽtibus crudisue morbis, praesertim calidis gestatio, aut
alia quaeuis exercitatio administretur, sed in naturis solummodo,
frigidis, atque illis, qui manfeste inclinare animaduertuntur.

De lecti pensilis, cunarum, ac nauis gestationum facultatibus. Cap. XI.



VI primus lectulos pẽsiles excogitauit Asclepiades, dua- F
bus rationibus (ut refert Plinius) illud effecisse uisus est;
tum ut blãdo eorum iactatu somnos alliceret: tum etiã,
ut morbos extenuaret. quibus rationibus adducti poste-
riores in curandis aegris eorum usum frequentiorem reddiderunt;
Loco. cit. quamquã grauis auctor Cornelius Cel. exercitationẽ hanc tantum-
modo administrandã aliquãdo iudicauit, ubi neq. nauis, neq. lecti-
cae, neq. sellae copia datur: licet postea in apoplexia cũ aeger resur-
git, ipsum lecti motu cõcutiendũ praecepisse inueniatur. Verum. n.
uero Antyllus, Aetius, atq. Coelius, etiã si nil aliud deficiat, ꝓ mul-
tis affectionib. debellãdis, lectis pensilibus infirmos exerceri uolue-
runt, quinimmo (quod paucis cõceditur) hanc gestationẽ tam ante
cibũ, quã a cibo prodesse dixit Antyllus. nã primo febricitantes, aut
diuturno morbo decũbẽtes, in quo corpora cõsumpta sese erigere
non

A non ita valẽt, aut Elleborũ sumẽtes a tali gestatione utilitatẽ recipe Aetius li. 3. ca. 6.
re iudicatũ est:deinde in his,qui vires a febrili affectione recollige
re incipiũt,necnõ in lethargicis,& in appetẽtia ciborũ deiecta eandẽ prodesse experimẽtis inuentũ fuit.neque defuerũt,q ipsam in furiosis,ac phthisicis laudauerint. Quemadmodũ,& Aetius,& Priscianus Theodorus phreniticis adhibẽdã cẽsuerunt, quo blãda illa agitatione spirituũ perturbatio leniretur,& somnus alliceretur. Ex genere pẽsilis lecti scympodiũ quoq. esse,mõstrauimus: & iccirco ubi a Coelio,atque alijs gestationes ĩ pẽsili lecto ꝓbatas uiderimus, idẽ & de hac intelligere poterimus.Lectulo pẽsili non dissimilẽ aliã lecto factã gestationis speciẽ inuenio,quam primus(quod ego sciam) inter medicos Celsus monstrauit,vbi deficientibus caeteris gestationi dicatis instrumẽtis, voluit vni pedi lecti funiculũ esse subijciẽdũ,
B atque ita lectũ huc, & illuc manu impellendũ.id quod etiam Amydaenũ Aetium significare uoluisse arbitror,quando scripsit,duas esse lecti gestationes, aut pensiles, aut fulcra mobilia iuxta angulares pedes habẽtis. Hoc equidẽ illud exercitationis genus existimo,qđ ab Auic.sub cunarũ reuolutione descriptũ fuit,atque idẽ nomen usque ad tẽpora nostra retinuit: etsi. n. ab ipso inter debiles exercitationes recẽseat,demulcẽdisq. pueris potius ex Galeni sñia,nõ sanis, aut infirmis exercitãdis aptũ videatur:nihilominus ijs cõuenire creditur,quos febres debilitarunt, sicut ẽt illi,qui nec dum se mouere, neque sedere valẽt,quiq. ab hellebori potione valde ꝓstrati fuerũt, aut secundũ Celsum alicuius mẽbri resolutionẽ patiũtur.quin,si talis gestatio suauiter administretur,ꝑter somni iucũditatẽ q̃ affert, fla
C tus quoq. dissoluit,reliquijs morborũ capitis,veluti stupori,& obliuioni prorsus exstinguẽdis,cõducit,appetitũ mouet,& naturam sopitã exsuscitat.Auic.i.4.trac.2.c.13.ad cõpescẽdum nimiũ sudorẽ ꝑcipit,ut aegri ponãtur super illud instrumentũ,quo pueri,vel iuuenes solẽt in aere cõcuti, atque ita in aere frigido cõcuti,qđ quidẽ puto esse genus illud instrumẽti,cuius facta est mẽtio supra li.3.sub Oscellarũ nomine. Inter gestationum species vltimo loco posuerunt ferè oẽs nauigationẽ,q̃ caeterarũ omniũ lenissimã fecit Corn.Cel.sed.& huius quãplurima inueniuntur discrimina: siquidẽ nõ parũ interest, an quis in stagno,an in flumine,an in mari naue geratur: & in mari, an in portu,an in litore,an in alto,an turbato,an tranquillo. Nauigatio facta in stagnis,lacubus, aut paludibus caeteris in salubritate postponitur:quoniã ut plurimum ex aquis stagnantibus,nisi sint maris alicuius instar,putridi vapores eleuãtur,qui aerẽ inficiẽtes nauigationẽ magis suspectam reddunt. vt non immerito scriptum sit ab

Arist.

Marginal notes: loco citat. — libro 2, ad Timo. c. 2. — lib. 3. c. 12 — loco citat. — li. 1. fen. 3. doct. 2. c. 2 — 1. đ tu. va. — loco citat.

14. partic. problem. 11. & 12. In probl. nat. lib. 1. c. 1. Arist. palustria loca incolentes subpallidos, ac somnolentiores eua D
dere. minus noxia exsistit in fluminibus nauigatio, nempe q̃ auctore
Plutarcho timoribus carens nauseam ullo pacto non commoueat.
uerumtamen tã haec, q̃ illa, quae exercetur in stagnis, in capite ma-
le affecto incõgruae a Coel. Aurel. iu dicãtur, ꝙ humectantes caput
terrena exhalatione infrigidant. Duabus praedictis maritima naui
gatio valde praestãtior credit̃, quoniã mari semper uapores sicci, &
calidi educuntur, qui latenter, ac sensim nauigantiũ corpora reclu-
dunt, necnõ salsae proprietatis caussa excremẽta absumũt, atque ho
minũ habitus quadã facili mutatione reficiũt, & iccirco huiuscemo
di exercitatio in cunctis fere morbis humi dis, ac frigidis a medicis
probat̃, & priuatim a Celso in tussi omni, a Coelio ac Aretaeo in do
lore capitis, ĩ epilepsia, si ferri queat, in sanguinis sputo, in phthisi, in
icteritia, in hydropisi a Tralliano in frigida vẽtriculi intemperie cõ- E
mẽdatur. In phthisi namque praestantissimũ remedium nauigationẽ
Li. 28. c. 4 semper a Maioribus habitã fuisse, testatus fuit Plinius, qui hac ratio-
lib. 31. c. 6 ne phthisicos Aegyptũ petere cõsueuisse refert, quo cum Annaeus
epist. li. 5. cap. 61. Gallio post cõsulatũ iam ferè phthisicus, & Zosimus Plinijs nepotis
libertus sanguinis reiectatione laborãs profecti essent, ad sanitatẽ re
stituti fuerunt: q̃q̃ barbarus ille auctor Plinij Secundi nomine falso
inscriptus ĩ 1. de re medica lib. dicat phthisicis magis cõferre in sal
tibus, vbi pix nascitur, habitare, q̃ in mari nauigari. Porrò ex mariti-
mis nauigationibus lenissimã dixit Celsus eam, quae in portu effici-
tur, q̃ tamen in capitis affectionibus una cũ fluuiali, & stagnali im-
probauit Aurelianus. Quae uero in litoribus exercetur nauigatio
iucundissima habetur, de qua celebratũ hoc prouerbiũ narrat Plu-
1. Sympo. tar. πλοῦς μὲν ὁ παρὰ γῆν, περίπατος δὲ ὁ παρὰ θάλατταν ἥδιςος. i. nauigatio F
iuxta terram, ambulatio uero iuxta mare iucundissima. haec ex com
muni Auicennae, atq. Aetj sententiae praecipue prodest hydropisi,
elephantiasi, apoplexiae, stomachi frigiditatibus ac inflationibus:
atrophiae quoque secundũ Coeliũ non paruum auxilium praestat:
quamuis. n. a principio stomachũ subuertat, paullo post tamẽ assue-
li. 37. c. 6. faciẽs illũ sedat, quinimmo, ut dicebat Plinius, uomitiones illae in
stabili uolutatione cõmotae plurimis morbis capitis, oculorũ, pecto
ris, & denique omnibus, ꝓpter quae bibitur elleborũ, medẽtur. Ve
rum gestatio in alto mari peracta reliquarũ uehementissima exsistit,
& mutationes plurimas, atq. maximas facit, nimirum, cum animus
mixtos affectus habeat, & tristitia, & spe, timore, atque periculo: mo
do gaudentibus, & laetis, modo in angustijs, & periculis uersãtibus,
lib. ꝺ cau. nat. nauigãtibus, quae simul omnia magnã uim habent, vt quoq. Plutar.
cognouit,

A cognouit,ingentes uomitus concitandi,ac consequenter omnẽ veterem morbum profligãdi : & proinde iure dixit Auic.nauigationẽ hanc ad exstinguendas praedictas aegritudines efficaciorem esse. quin & mixtio illa motus,& quietis, qua praedita est,si quid aliud, probe corpus nutrire idonea est.Quae tranquillo mari peragitur in naui gestatio non admodũ(dicebat Antyllus)magnam turbationẽ, Oribasius
neque cõcussionem affert:ex quo fit,ut ferme accõmodata sit ijs,qui- li. 6.c.23.
bus etiam gestatio in curribus cõuenit:nisi ꝙ hoc magis habet, ꝙ in purgato aere,ubi nõ humidi uapores,sed sicci,& acres sint,efficitur. Caeterum quae turbato mari obitur,magis animum,& corpus exagitat,magisq. uomitũ ciet,& iccirco quantum fieri potest,in omnibus fugienda est,cũ motus acutissimos, dum nauis a uento impellit̃, uehementissimos,& neutiquam cessantes,sicq. corpori intentissimos
B habeat.Non silendum,in nephriticis nauigationem,omnemq. maritimam uitam ab Aretaeo sub his uerbis commendari: καὶ πλοῦς καὶ, ἐν θαλάσσῃ βιοτὴ,ἅπαντα τοῖσι ἐπὶ νεφρῶν ἐστιν ἄκεα. idest, Et nauigatio, & uita in mari facta,omnia sunt nephriticis remedia.

De natationis, & piscationis effectibus. Cap. XII.

NATATIONEM inter exercitationes apud medicorum gymnastas exstitisse, maximeq. omnium ab antiquis in existimatione habitã fuisse,ꝙ homines e periculis maximis,(ut dixit Plato in Gorgia)liberaret,eosq. ad auden dũ fortiores,& animosiores redderet,iã satis monstrauimus:ideo ui- li. 5.c.14.
res eius perquirere solum restat. Nã uarias hanc quoque differẽtias
C habuisse reperio:siquidem aut natatio fiebat in aquis sponte nascentib.aut in alijs:& si in alijs,uel in dulcibus,vel in maritimis·si in dulcibus,aut fluuijs aut lacubus,aut stagnis:atque hae omnes uel in calidis,vel in frigidis. Natationem in aquis sponte nascentibus,quas omnes calidas esse, & Aristot. auctoritas & ratio,& experientia de- 24.partic.
mõstrãt,peractã improbauit Antyllus,tamq̃ impleat,eã tñ in paraly Prob. li.6. c.27.
ticis curandis adiumentũ pstare,credidit Coel.Aur.ita.s.administra lib. 1.c.2.
tã,ut patientibus partibus inflatae vesicae adiũgant̃,quo natandi la & li.5.c.2
borem minuãt.Quae porrò in dulcibus aquis efficit̃ natatio,ad oĩa est maritima male affectis inefficacior.quamobrem vitãda plerumque est:q.a,si in ea q̃s diutius immoret̃, ei nerui,cum pp frigus,tum propter humiditatem laedentur:ex factis tñ in dulcib.aquis natationib.fluuiales minores sanis corporib.noxas inferunt, potissimumq. ad inducendũ somnũ ab Horatio Flacco cõmendantur, vbi scribit,
ter unctis. li.2.serm.

Saty. 1. *Trans nanto Tyberim, somno quibus est opus alto.* D

perniciosissimae vero sunt, quae in paludibus, & stagnis obeuntur: quoniã uapores putridi una cum humiditate corporis meatus illabentes, nõ solum caput, ue rũ etiam uniuersum corpus contaminãt. Lacustres medio quodam pacto se habent: quae tanto minus insalubres erunt, quanto lacus, ubi efficiuntur, uastiores & puriores apparebunt. Maritima natatio ab Aretaeo in dolore capitis antiquato usurpatur. Ab Aetio ex Gal. mente in narium obturatione, & odoratus laesione, si assidue fiat, probatur. A Celso uero, & ab Antyllo hydropicis, scabiosis, & quos exanthemata infestant, itemq. elephãtiasim patientibus, & quorum crura, aut aliquae aliae corporis partes defluxione tentant, accõmodata reputatur. facit quoque ad eos, qui ex alimento fructum non sentiunt. & ideo non immerito Coel. Aurel. Natationes maritimas in paralyticis, ut etiam Celsus stomachicis, iecorosis, lienosis, cachecticis ex vsu esse scriptum reliquit. uerũ tamen non possum non summa admiratione teneri, quomodo is auctor natationes sub Dio factas in capitis dolore, atque ẽt in epilepsia laudauerit: cum Antyllus non solum marinam natationem, sed qualẽcũque aliã capiti nocere tradiderit. quod similiter ipsa ratio persuadere videtur, demonstrans, tum situm ipsum natantium, tum continuas ex aquis emanantes exhalationes caput replere, ac male afficere. Illud hoc in loco silendum nõ esse duco, quod magnus philosophus Arist. in problematib. scriptum reliquit, uidelicet, in mari facilius, quã in fluuijs natari: ꝑpterea ꝙ qui natat, sedulo aquae adnitendo natat; adniti autem ad id firmius possumus, quod corpulentius est: unde cum aqua marina fluuiali sit corpulentior, crassior, & ad renitendũ ualidior, magis natãtes adnitẽtes sibi sustinet. idẽ 23. prob. secet. scribit natatione in mari magis corpora euacuari, quam curru, quod an intelligendũ sit de euacuatione per aluum, ut interpretatur Gaza, an potius de totius corporis dissipatione nõ satis cũ certus, cum aquam salsam aluum restr ingere clare aduersus vulgarẽ opinionem asserat Hipp. lib. de aere, aq. & loc. quod si facit intus accepta, multo magis facere debet eius uapor extrinsecus illatus in corpus. Est ꝑterea de quacunq. natatione animaduertendũ, paucos diuturnos morbos reperiri, in q̃bus ulla ꝑfecte apta sit, & ob id perraro, ac solũ aestate adhibenda erit natatio, qñ gracilem reddere, ꝑ halitũ euocare, firmare, calefacere, attenuare, hominemq. tandem iniuriae minus obnoxiũ facere põt: a Plinio scriptũ est luxata hominũ corpora, & quadrupedũ natãdo in cuiuslibet generis aqua facillime ĩ artus redire. Natatio calida emollire indurata, calefacere refrigerata

Marginal notes: 23. partic. Prob. 12. (beside "losophus Arist. in problematib."); li. 31. c. 6. (beside "nũ corpora"); E; F

A frigerata credita est.& ob id a Coelio Aur.in curãdis arthriticis cõmendata,ab Aetio ex mente Gal. in ijs,qui cutem corporis densatã habent.at ab ea caput offendi,uires quodã pacto eneruari,nemo negaret: q̃ alio etiã non carere uitio dixit Coelius,uidelicet humores fundere,nec ipsos resoluere. Frigida ꝙ intus calorẽ natiuum repellens ipsum ualidiorem efficiat ciborum optimam, & citã cõcoctionem praestat: exuberantes humores dissipat, & intus refrigeratas partes calefacit. unde iure etiã ipsam in arthriticis laudauit Aurelianus ea ratione motus,qua Hippoc. frigidam tetano affectis large affusam remedium esse dixit, sicut, & Celsus pro regio morbo laborantibus in aestate, & Herodotus apud Aetium ad euitandum aestũ frigidam natationem commendauit. experientia tamen constat, si quis ea frequenter utatur neruos laedi, & interdum surditatem cõ-
B trahi, quod Agathinus apud Oribasium confessus est. Atque haec cap.14.
omnia a nobis dicta accipiantur de illis natationibus,quae ad gymnasticam quidem medicã pertinebant,sed minime semper in gymnasijs exercebantur.illae uero, quas in gymnasijs ipsis fieri consueuisse in 3. lib. probauimus, siue in piscinis, siue in amplissimis labris agerentur, duos praecipuos fines secundum opinionem nostram habuerunt,alterum ut motu illo blando,quo natantes agitãtur, aqua magis corpora permearet, sicq. membra copiosius humectarentur: alterum ut maiore uoluptate in mouendo sese fruerentur: quandoquidem aqua mota, & praesertim balneorum suaui illa attrectatione singularem quandam delectationem affert. De piscatoria exerci 7.de legib. i sophista
tatione,quam diximus ex Platonis sententia nec animo,nec corpo- li.3.c. 13.
ri prodesse, & proinde ab illo optari, ne iuuenes huic incumbant,
C pauca uerba faciam, tum quia ferè sub nauigationem reducitur, ut eadem repetere non sit opus: tum quia a medicis prope nullis eam in usu habitã esse cõstat:nisi ꝙ Auic.inter debiles exercitationes ad- loco cita.
numerauit,quando quis in nauicula piscatoria moueatur,& ob hoc Sect. 38.
piscationẽ nullam calorẽ natiuũ augere credendũ est,cum & Arist. prob.2.
scripserit,piscatores marinos,ideo rufo colore existere,quoniam intus frigent,extra uero quasi adurũtur: habent.n. qui in mari piscantur hanc praecipuam cõmoditatẽ,ꝙ eorũ corpora ualde exiccãtur, & propterea minime omniũ corruptionibus subijciũtur: quin si putredo aliqua intus lateat, protinus exugitur, cõsumiturq. ut magna cũ ratione scripserit Gal. piscatorũ habitus duros, ac siccos esse, eo- i.de simp. med.
rumque vlcera perinde exiccata cõtinuo apparere,ac si salita forẽt. 5. de cõp.
Quod uero scripsit Suet.Augustũ interdũ hamo piscari consueuisse, med. f.l.
id potiꝰ animi laxãdi causa, quã ualetudinis gratia ab eo agebatur. In vita Aug.c.83

De venationis conditionibus. Cap. XIII. D

Libro 2. de paruae pilae ludo.



VENATIONIS exercitationem comparans ludo paruae pilae Gal. illud solum inter ipsas discrimen posuisse uidetur, ꝙ alter modico apparatu indigeret, & ob id cuius exercitatu facilis esset: altera vero pluribus instrumentis opus haberet, neq. ab omnib. sed ab ingenuis dumtaxat, atque diuitibus exerceri posset. hoc aūt licet Galeni forsan tēpestate, atque ēt in aliqua uenationis specie tēporib⁹ nostris uerū foret, nihilominus in maiore eius parte secus rē sese habere compertū est, qn̄ saepenumero uno, uel duobus canib. aut paullo plurib. instrumentis rusticos, atq. pauperes uenādi exercitationē frequētare conspicimus. ut hac ratione ipsa minores laudes pilae ludo nō mercatur, neque pauciorib. uerbis eius facultates a nobis explicari debeant. Cum. n. Gal. uenationē inter ea, quae ipse exercitationes & opera nuncupauit, recensuerit: cumq. illius perspecta natura manifeste monstret, nō absque uehementia, magnitudine, atque celeritate ipsā effici, nimirū in qua multae aliae exercitationes, cursus uidelicet, ambulariones, saltus, iaculatio, uociferatio, & aliae necessario requirantur, rationi consequens est eam his facultatib. praeditā esse, ꝙ corpora uehemēter calefaciat, excremēta dissipet, carnes, & succos exubernantes minuat, somnos profundos generet, & proinde concoquēdis cibis, crudisue. humorib. magnopere conferat: quodq. ait Xenophon, auditū ac visum acuat, simulq. senectutē retardet. ob quas egregias facultates illud esse uerum existimare debemus, ꝙ Razes Arabs auctor grauissimus ex Gal. sentētia memoriae mandauit, uidelicet in quadam peste contigisse, ut omnes fere perierint, & soli uenatores ob assiduā exercitationē incolumes euaserint. Caeterum quod uehementibus exercitationibus a medicis attributum reperitur, neque venandi labor carere videtur, vt scilicet caput offendendi ui polleat maxime, si importune efficiatur, quemadmodum in 4. de acutorū victu apud illum auctorem legitur. Quantum uero ad particularium uenationis specierum qualitates attinet, de duabus solū uerba faciam, tamquam in his solis tota uenādi ad sanitatē, aut aegritudinē pertinens facultas consistat: illae sunt, equestris, ac pedestris: nam sciūt omnes, quālibet uenationē, siue canibus, siue retib. siue auib. siue arcubus, siue alijs instrumentis exerceatur, ab hominibus agi, qui aut pedib. proprijs eant, aut equis insideant. Equestrem igitur (ita liceat mihi appellare) venationē exercētes, cum modo currentib. equis, modo gradientib. agant, modo uociferare, modo quiescere cogantur, omnib.

2. de tu. va. cap. 8. — E

In 3. contin. trac. 13. cap. 2. — F

Li. de pu. epil. com. 115.

A nib. partib. laborare uidetur, & iccirco multi hac exercitatione crediderunt corroborari pectus, stomachum, intestina, dorsum, atque crura: ego vero eã euitare illis praecipio, quibus caput faciliter offenditur: quibus fractionis uenarum in pectore periculũ imminet, quibus lapilli in renibus aggregantur, quibus peritonaeum debile, aut ulla herniae suspicio est, & quibus tandem uniuersus corporis habitus calorẽ plusquam mediocrẽ obtinuit; siquidẽ multos videre licet uenatores, quos partim ob clamores, partim ob motus violentiam similes morbi occuparunt, & quãdoque ad interitum deduxerunt. qua de re prudẽter Martialis Prisco, ne Veredo (erat is equus velociter currens) in uenatu uteretur, consuluit hisce versibus, Lib. 12.

Parcius vtaris moneo rapiente Veredo
Prisce, nec in lepores tam violentus eas.
B *Saepe satisfecit praedae venator, & acri*
Decidit excussus nec rediturus equo.
Insidias, & campus habet, nec fossa, nec agger
Nec sint saxa licet, fallere plana solent.
Non de erunt, qui tanta tibi spectacula praestent:
Inuidia fati sed leuiore cadunt.
Si te delectant animosa pericula Tuscis,
Tutior est virtus, insidiemur apris.
Quid te frena iuuant temeraria? saepius illis
Prisce datum est equitem rumpere, quam leporem.

Porrò venatio pedestris eadem ferè cõmoda, & incõmoda in equestri reperta continet, nisi ꝙ, dum cursibus, ac saltib. feras insectatur uenator, per montes, per ualles, per deuia, per siluas, per saltus, minori certe periculo, quam in equestri, subijcitur: at maiori labore C afficitur, magis incalescit, magis pedes, & crura corroborat: praeter haec libidinis stimulos, coercet, quando Hippolytum studio uirginitatis hoc uenationis genus exercuisse ferunt. Seneca in tragoed. Excitat quoq. uenatio appetitum, sicut coquus ille Dionysio dapes auersanti respõdit, ipsi defuisse laborem in uenatu, qui appetitum generasset. Neutra tamen, ꝙ uehementior exsistat, senibus, aut debilibus accõmodata inuenitur, sed illis tantum, qui robustas omnes corporis partes sortiti sint, quiq. optime ualeãt. ut non absque iudicio summo Cornel. Li. 1. c. 1. Cel. dixerit, sanum hominẽ, & benevalentẽ modo nauigare, modo epist. lib. 5 uenari debere. quod si Plinius nepos sanitatẽ suam uenationi, quã ruri in Tuscis obibat, aliquando acceptam retulisse uidetur, iudicandum est, aut illa moderatissime usum fuisse, aut potius corpore robusto, ac sano ita ualuisse, ut nullo pacto a tanti laboris uehementia laederetur. Erit itaq. omnib. hanc exercitationem inire cupientibus

tibus

tibus duo necessarium diligenter considerare, primum an corporis D
robore polleant, inculpataq. sanitate fruantur: secus, ne grauissima pericula sustineant, iure dubitandum uidetur: secundum, numquid modestia quadam, & iucunditate, aut potius citra delectum ullũ, & casu quodam, ut plerumque fit, venationi operã nauẽt. Quicũque.n. suarum uirium, aeris, temporis, quantitatis, loci, & modi rationem aliquam habere uolunt, multa profecto eorum malorum uitare possunt, quibus ceteri casu sese exercentes subijciuntur: eo magis, quod uenatio illud praecipuum in se habet, quod nulla alia exercitatio in eum modum obtinuisse apparet, ut scilicet totum ferè diẽ non raro sibi requirat. vnde aut venatores inter exercendum cibum capere, & a cibo magnos labores aggredi coguntur, quo ualetudini nihil perniciosius esse potest; aut tota die ieiunant, quod tametsi fortasse minus offendat, neque tamen ipsum noxa penitus E
caret, quando praeter consuetudinem illud efficitur, necnõ postea usque adeo prae fame exsaturantur, ut uentriculum concoquendo mirum in modum fatigent, sicque & cruditates, & alia innumera mala subeant.

Artis Gymnasticae finis.



HIERONYMI MERCVRIALIS sex artis Gymnasticæ librorum elenchus, quorum primus liber continet.

LIBER SECVNDVS.

LIBER TERTIVS.

LIBER QVARTVS.

LIBER QVINTVS.

LIBER SEXTVS.

INDEX LOCVPLELISSIMVS
RERVM OMNIVM MEMORABILIVM, QVAE IN HOC OPERE CONTINENTVR.

A

Athe-

Cibus

INDEX.

Currus

Dropax

313

Exerci-

Germa-

H

Helio-

323 —

315

I

In

Lienosos,

M

N

T

INDEX

F I N I S.

335

321

REGISTRVM.

* A B C D E F G H I K L M N O P Q R S T V X.

Omnes ſunt quaterniones præter * & X qui ſunt terniones, & D quinternionem.



VENETIIS, APVD IVNTAS.

M D C I.

KONSERVIERT DURCH
ÖSTERREICHISCHE FLORENZHILFE
WIEN 1967

ML